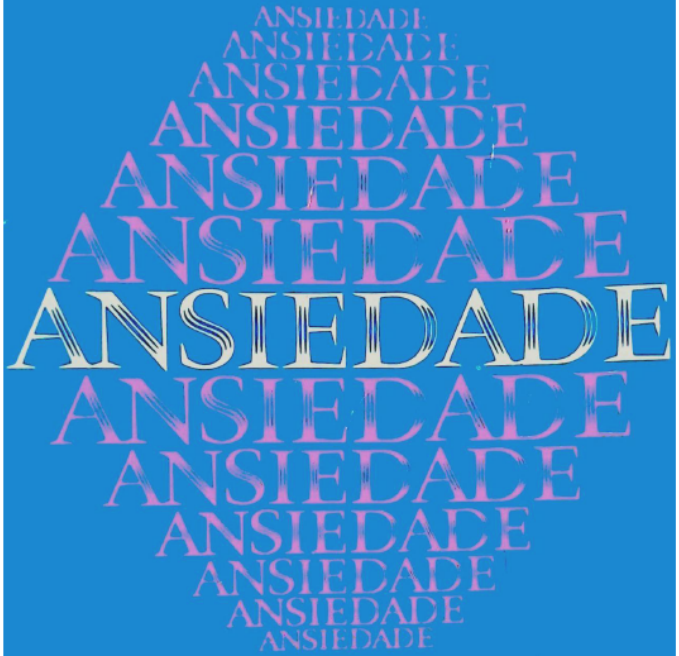
ISAIAS PESSOTTI



E.P.U.

Esta obra do Prof. Pessotti aponta os aspectos mais consistentes da ansiedade na tradição filosófica e as abordagens mais importantes ao problema no âmbito da psicologia, tentando identificar nelas o substrato filosófico mais ou menos permanente e propor um modelo teórico da ansiedade que possa representar tal substrato sem prejuízo da verificabilidade ou operacionalidade.

Tal modelo pretende apresentar as condições e relações que no contexto histórico-cultural presente aparecem relevantes (como características da ansiedade), formuladas em termos designativos de condições e operações (experimentais) e de relações funcionais verificáveis.

E P U
EDITORA PEDAGÓGICA E UNIVERSITÁRIA LTDA.

6021

Ansiedade

Série de Psicopatologia

Coordenação: Prof. Samuel Pfromm Netto

CIP-Brasil. Catalogação-na-Fonte
Câmara Brasileira do Livro, SP

Pessotti, Isaías, 1933-
P569a Ansiedade / Isaías Pessotti. — São Paulo : EPU, 1978.
(Série de psicopatologia)

Bibliografia.

1. Ansiedade

CDD-157.32
78-0717

Índice para catálogo sistemático:
1. Ansiedade : Psicologia 157.32

Isaias Pessotti

Universidade de São Paulo
(Ribeirão Preto)

Ansiedade

E.P.U. — Editora Pedagógica e Universitária Ltda.
São Paulo

Código 6021

© E.P.U. — Editora Pedagógica e Universitária Ltda., São Paulo, 1978.
Todos os direitos reservados. Interdito qualquer tipo de reprodução, mesmo de partes deste livro, sem a permissão, por escrito, dos editores. Aos infratores se aplicam as sanções previstas na Lei (artigos 122-130 da Lei 5.988, de 14 de dezembro de 1973).

E.P.U. — Praça Dom José Gaspar, 106 — 3º andar — caixa postal 7509 — 01.000 São Paulo, Brasil.
Impresso no Brasil Printed in Brazil

Para Lina e Isabella

"... (procurei) determinar uma finalidade nas ações humanas que fosse por todos os homens, unanimemente, considerada boa e que fosse por todos eles procurada. Encontrei apenas isso: o objetivo de escapar da ansiedade... Não apenas descobri que toda a humanidade considera isso bom e desejável, mas também que ninguém é movido a agir ou a dizer uma única palavra sem que espere, por meio dessa ação ou palavra, banir a ansiedade do seu espírito."

Ala ibn Hazm, séc. XI
(*apud* Kritzeck, 1956)

Sumário

O problema da definição de ansiedade 1
A ansiedade na tradição filosófica 7
A abordagem freudiana da ansiedade 35
A ansiedade segundo a análise experimental do comportamento 49
A ansiedade segundo a Psicologia existencial 65
Processos cognitivos na ansiedade 75
Um modelo teórico da ansiedade 97
Bibliografia 125
Índice onomástico 131
Índice analítico 133

O problema da definição de ansiedade

Uma consulta ainda que rápida a alguns textos básicos sobre a ansiedade mostra facilmente a grande diversidade entre as definições existentes.

Kierkegaard (1884) entende que a ansiedade envolve uma "ambigüidade psicológica... é uma antipatia simpatizante e uma simpatia antipatizante" (1972, p. 57). "Pode-se comparar a angústia à vertigem. Quando o olhar mergulha num abismo, há uma vertigem, que tanto nos vem do olhar como do abismo, pois que nos seria impossível deixar de o encarar. Tal é a angústia, vertigem da liberdade, que nasce quando, ao querer o espírito instituir a síntese, a liberdade mergulha o olhar no abismo das suas possibilidades e se agarra à finitude para não cair" (1972, p. 85-86). "A incongruência da geração contemporânea e a razão de sua ansiedade e inquietude residem no fato de que a verdade cresce em extensão, em massa e, também, até certo ponto, em clareza abstrata, enquanto a certeza constantemente diminui" (*apud* May, 1950).

Freud (1920) escreveu: "Como nós sabemos, o desenvolvimento da ansiedade é a reação do ego ao perigo e o sinal preparatório para a fuga; não é um grande salto imaginar que também na ansiedade neurótica o ego está tentando uma fuga das exigências da sua libido, e está tratando esse perigo interno como se ele fosse externo" (p. 412). Em 1926, no apêndice sobre a angústia, Freud escreveu: "... na situação de perigo ocorre o sinal de angústia. Isto significa: eu espero que se verifique uma situação de impotência; ou então: a situação presente me recorda um evento traumático vivido anteriormente... a ansiedade é, pois, de um lado, a expectativa do trauma e, de outro, a repetição atenuada dele" (1951, p. 106).

Em 1941, Estes e Skinner escreveram: "O principal resultado... foi o condicionamento de um estado de ansiedade ao som, cujo indicador primário era a redução na força do comportamento de 'pressão à barra' motivado pela fome".

Essa definição é reformulada com mais precisão por Schoenfeld (1950): "O paradigma experimental para estabelecer a ansiedade é $S_1 \rightarrow S_2$, onde S_1 é um estímulo inicialmente neutro e S_2 é um estímulo aversivo (*noxious*) que não pode ser terminado ou evitado pelo organismo e $\rightarrow$ indica a passagem de um certo tempo" (p. 71). "Nota-se que o paradigma da ansiedade leva à aquisição, pelo estímulo inicialmente neutro, de propriedades aversivas secundárias, por causa de seu emparelhamento com S_2" (p. 95).

Henry Ey e colaboradores, em 1965, após definirem a ansiedade ou angústia normal, mais ou menos à maneira de Freud em 1926, distinguem-na da patológica em vários pontos fundamentais: "É anacrônica no sentido de que faz reviver situações passadas e deixadas para trás. É fantasmática por ser engendrada não por uma situação real do Eu no seu mundo real, mas pela representação imaginária de um conflito inconsciente. É 'estereotipada' ou repetitiva, isto é, está enraizada no próprio caráter do indivíduo" (p. 360).

A definição de Spielberger em 1966 distingue "*estados* de ansiedade caracterizados por sentimentos subjetivos, conscientemente percebidos de apreensão e tensão, acompanhados por ou associados à ativação ou alerta do sistema nervoso autônomo. A ansiedade como um *traço* de personalidade pareceria implicar um motivo ou disposição comportamental adquirida que predispõe um indivíduo a perceber como ameaçadora uma ampla variedade de circunstâncias não perigosas..." (p. 16-17).

Malmo, após uma revisão de numerosos estudos, insiste sobre "a provável deficiência de mecanismos homeostáticos na ansiedade patológica... tais mecanismos homeostáticos normalmente impedem a superativação fisiológica e os comprometimentos, correlatos, na eficiência do comportamento. Componentes inibitórios dos sistemas límbico e reticular... exerceriam provavelmente um papel dominante no controle homeostático da super-reação fisiológica em resposta ao *stress*" (p. 176).

Mandler e Watson (1966) entendem que: "Em outras palavras, a ansiedade aparecerá quando o organismo, interrompido no meio de seqüências bem organizadas de comportamento ou na execução de um plano bem desenvolvido, não tem comportamento alternativo disponível" (p. 265).

Numa abordagem diversa, Lazarus (1966) sustenta que "A ansiedade é a resposta à ameaça" e que "é enganoso afirmar que a ansiedade motiva o comportamento. De fato, se ela atua como um sinal, ela não motiva, em sentido estrito, o comportamento. É a ameaça que o motiva" (p. 69).

Martin e Sroufe (1970) entendem a ansiedade como "uma resposta neurofisiológica que tem manifestações especialmente intensas no sistema medular adrenal-hipotalâmico-simpático, no sistema cortical-adrenal-hipotalâmico-pituitário e nos sistemas reticulares" (p. 216-217).

Rollo May "define a ansiedade como a apreensão sugerida por uma ameaça a algum valor que o indivíduo reputa essencial à sua existência como um Eu" (1973, p. 80).

Essas definições divergem em vários aspectos, o que torna difícil a própria classificação delas.

Alguns desses aspectos são: a dimensão temporal, o grau de inclusividade, a natureza das condições determinantes, a dimensão valorativa, o nível de abstração dos dados básicos. Quando duas ou mais definições convergem, com referência a um aspecto, são totalmente diversas em um ou mais aspectos restantes.

Em algumas definições a ansiedade é entendida como um processo passageiro, em outras como uma característica permanente do comportamento ou da personalidade. Algumas outras, ainda, designam como ansiedade tanto processos transitórios como predisposições ou traços duradouros da personalidade. Poder-se-ia então tentar uma classificação das definições, por referência à "dimensão temporal" que admitem. Assim, no primeiro grupo estariam as definições de Mandler e Watson (1966), Estes e Skinner (1941) e Lazarus (1966). No segundo poderiam agrupar-se as definições de Kierkegaard (1844), May (1973), Ey (1965) e, no terceiro, as conceituações de Freud (1920) e Spielberger (1966).

Mas todas essas definições diferem entre si, em diversos outros aspectos essenciais: umas incluem processos cognitivos (Lazarus, 1966; Mandler e Watson, 1966), outros os excluem. Algumas admitem estados interiores (Freud, 1920, 1926 e May, 1973), e outras, ao invés, levam em conta alterações fisiológicas (Freud, 1920, 1926; Martin e Sroufe, 1970; Spielberger, 1966). Desse modo a gama de inclusividade é diversa nas várias definições.

Mesmo que se tentasse agrupar as definições correntes segundo os diversos processos que incluem como essenciais, elas seriam discrepantes quanto à natureza das condições especificadas como determinantes ou desencadeadoras daqueles processos (fisiológicos, cognitivos etc.). Isso torna difícil conciliá-las com referência à gênese da ansiedade. Freud, Mandler, Spielberger, Estes e Skinner, May, Kierkegaard atribuem a gênese da ansiedade a condições que variam muito de um autor a outro.

De outro lado, ainda que coincidissem quanto às categorias de "dimensão temporal", "inclusividade" ou "gênese" da ansiedade, as

definições não são coincidentes quanto ao tipo de relações funcionais (ou causais) que incluem. Há as que se limitam a relações entre variáveis independentes e alterações comportamentais (reflexas ou operantes), como as de Estes e Skinner (1941), Mandler e Watson (1966), e as que admitem variáveis intervenientes (Lazarus, 1966 e Freud, 1920, 1926). Então, nem mesmo quanto ao tipo de "relações funcionais consideradas" é possível coordenar as diversas definições correntes.

Outro aspecto em que as conceituações são inconciliáveis diz respeito à "conotação valorativa" que contêm, mais ou menos implicitamente. Em algumas formulações a ansiedade é um evento normal, noutras é patológica; em umas é prejudicial, noutras é benéfica. Outras ainda entendem a ansiedade como mera contingência inevitável com possibilidades de efeitos danosos ou favoráveis sobre o comportamento.

Classificar as definições não é fácil, também se se adota como critério o "nível de abstração" da relação (entre variáveis) em que se fundamentam. Para Malmo (1966), Martin e Sroufe (1970), Estes e Skinner (1941), Schoenfeld (1950), a ansiedade é efeito mensurável de alterações replicáveis do ambiente; para Freud (1920), May (1973) e outros é entendida como sensação mais ou menos vaga de dano iminente ou como medo inconsciente de que defesas erigidas no interior de um "aparelho psíquico" venham a ruir. E há definições que têm como dado básico mais de uma relação entre variáveis ou mais de um processo, sem que tais relações e processos tenham nível equivalente de abstração. Tal ocorre em conceitos que admitem a síndrome de ativação gerada pavlovianamente por um estímulo eliciador condicionado, a par de conteúdos cognitivos e afetivos.

Parece, assim, desesperada a tarefa de tentar ordenar o conhecimento na área da ansiedade a partir de uma classificação das principais definições existentes. Não é fácil, e talvez seja inútil, distribuí-las em classes, de modo a eliminar incongruências, quer se adote como critério de classificação a "dimensão temporal" ou a "inclusividade", o tipo de "gênese", o tipo de "relações funcionais", a "valoração" ou ainda o "nível de abstração".

Diante dessa inconsistência entre as diferentes conceituações de ansiedade, pode-se pensar que seria conveniente chegar a uma definição conciliatória que incluísse os aspectos mais significativos de cada uma, abstraindo-se as divergências existentes. Tal empreendimento é questionável por duas razões: nas divergências residem, muitas vezes, os aspectos mais significativos das conceituações; de outro lado, esse esforço implica o risco de qualquer ecletismo em ciência e, o que é pior, pode conduzir, no máximo, a uma síntese formal de noções

abstratas derivadas de níveis muito heterogêneos de observação: não conduziria a uma desejável síntese de relações funcionais verificáveis.

Restaria, então, à teoria fazer *tabula-rasa* das formulações existentes e designar com uma proposição verbal unificadora os fatos comuns (e as relações funcionais comuns) designadas pelas diferentes definições.

Ora, de uma conceituação a outra, a natureza dos "fatos" considerados é diversíssima, o nível de abstração difere muito e as condições de verificação, quando explícitas, não se equivalem.

Na verdade, talvez as diversas definições correntes tenham em comum uma característica: as propriedades do objeto definido (ansiedade) variam segundo os termos de cada definição, o que constitui, além de um problema teórico, uma séria questão epistemológica. De certo modo cada definição cria uma forma de ansiedade, o que torna difícil optar por uma ou outra. Não existe para tanto um referencial unívoco, externo aos processos de elaboração das definições, a ser tomado por metro.

Essas são algumas dificuldades com que se depara quem pretende uma definição verificável da ansiedade, segundo os pressupostos, óbvios nesse caso, de validade, replicabilidade (e generalidade). Os limites de inclusividade de uma tal definição podem ser, até certo ponto, arbitrários, dada a ausência de um referencial de propriedades constantes, externo à elaboração do conceito e já que esses limites não podem resultar de uma abstração de conteúdos comuns às definições correntes.

Resta, então, a bem da validade, a questão de escolher um referencial externo à elaboração da definição e que seja razoavelmente consistente. Esse referencial, embora possa estar subjacente às várias definições correntes, não se identifica com a sua mera elaboração eclética.

Em favor da replicabilidade, uma definição aceitável deve, ademais, obedecer aos requisitos da metodologia experimental, aplicada ao comportamento.

Uma definição válida da ansiedade é a que define qualquer ansiedade e exclui qualquer conteúdo que não seja ansiedade. É necessário então caracterizar a ansiedade para defini-la, o que é um raciocínio obviamente circular. Mas as definições existentes referem-se todas a algo que os seres humanos sentem ou manifestam. Elas pretendem especificar em que consiste esse algo, as condições que o determinam e/ou os efeitos que dele derivam.

Nessa situação, uma definição deve conceituar aquilo que constitui a ansiedade segundo o desenvolvimento cultural da época, a fim de não ser totalmente arbitrária e deslocada do processo global do

conhecimento e, portanto, inútil ou irrelevante à pesquisa e ao pensamento da época. De outro lado, essa definição deve obedecer aos requisitos de verificabilidade ou mesmo de operacionalidade.

Há então duas distorções possíveis: uma definição pode ser arbitrária quanto ao conteúdo, para assegurar sua operacionalidade, ou pode incluir múltiplos aspectos da ansiedade, característicos do desenvolvimento cultural do tempo, com detrimento da operacionalidade. Por exemplo, o conceito freudiano é mais inclusivo que o de Schoenfeld (1950). Este, por seu lado, é mais operacional que o freudiano, embora menos inclusivo e mais arbitrário que ele, no que concerne ao conteúdo da definição.

Um bom indicador das tendências culturais na área da ansiedade ou, em outros termos, daquilo que na cultura de uma época é relevante como ansiedade, são as "definições" correntes. Embora disparatadas e incongruentes entre si elas têm como substrato comum essas tendências histórico-culturais.

Assegurada sua relevância histórico-cultural, uma definição deve, ainda, especificar condições replicáveis em cuja presença se deve empregar o termo "ansiedade". Tais condições são inevitavelmente relações funcionais entre modificações ambientais e alterações em processos dos organismos. Quanto mais essas relações forem verificáveis, mais precisa será a definição.

Nos capítulos subseqüentes procuraremos apontar os aspectos mais consistentes da ansiedade na tradição filosófica e as abordagens mais importantes ao problema no âmbito da psicologia, tentando identificar nelas o substrato filosófico mais ou menos permanente e propor um modelo teórico da ansiedade que possa representar tal substrato sem prejuízo da verificabilidade ou operacionalidade.

Tal modelo pretende apresentar as condições e relações que no contexto histórico-cultural presente aparecem relevantes (como características da ansiedade), formuladas em termos designativos de condições e operações (experimentais) e de relações funcionais verificáveis.

A ansiedade na tradição filosófica

Se por teoria da ansiedade se entende um conjunto lógico de proposições mais ou menos inclusivas que relacionem observações e inferências sobre os aspectos da ansiedade considerados relevantes em um dado momento histórico, seria necessário uma exegese um tanto forçada para encontrar na tradição filosófica uma teoria da ansiedade antes de "O conceito de angústia" de Sören Kierkegaard.

Paul Tillich (1950) aponta no pensamento filosófico do século XVII as raízes históricas de teorias vigentes sobre a ansiedade. Entretanto, é possível encontrar já na obra de filósofos estóicos o tratamento mais ou menos sistemático da ansiedade humana (sem o uso do termo *ansiedade*, obviamente), seja no campo da explicação da natureza humana, seja como uma questão eminentemente ética, envolvendo os problemas da responsabilidade moral e da culpa.

No pensamento estoicista como na obra de filósofos do século XVII a ansiedade, enquanto questão ontológica, é tratada basicamente como um aspecto do problema da finitude humana e, enquanto problema ético, é estudada dentro do binômio razão-emoção.

A história das idéias sobre a ansiedade humana inscreve-se, assim, dentro das preocupações mestras da filosofia. E conseqüentemente essa história reflete (como qualquer sistema filosófico) as contradições sócio-culturais de cada época e seus efeitos sobre as reflexões a respeito do dilema razão-emoção. Mais amplamente, tal história reflete, em cada época, as contradições entre o conhecimento racional, de um lado, e as condições irracionais da vida humana (inclusive a finitude do homem), de outro.

A afirmação do próprio ser, como ato de coragem entre o destino e a morte, é uma linha-mestra da filosofia de Sêneca (*apud* Mondolfo, 1967), para quem "querer viver é saber morrer", já que o medo da morte é indissociável do medo da vida. Sêneca antecipa, de certo modo, um conceito freudiano, ao apontar uma *libido moriendi* daqueles que sentem a vida como supérflua e sem significado. A incapacidade de afirmar a vida não implica, segundo Sêneca, a capacidade

de afirmar a morte. O suicídio estoicista é recomendado não aos que a vida venceu, mas aos que a dominaram e são, por isso, capazes de viver e de morrer. O medo da morte (ou a consciência da própria finitude, que ocupará, a seu tempo, Pascal e Kierkegaard), elemento básico da ansiedade existencial, só se vence pelo controle exercido pela razão humana.

Esta solução, que será reafirmada e elaborada por Spinoza no século XVII, inaugura um modelo de reflexão que perdurará até nas obras do século XX, referentes à ansiedade, mesmo fora do pensamento filosófico.

De fato, com a escola estóica começa a formulação da ansiedade como fruto da contradição entre a necessidade de controle da vida pela razão e a potente determinação irracional das emoções.

O significado de *razão* sofrerá ao longo dos séculos transformações que o diferenciarão, mais ou menos, do conceito estoicista de "razão". Para Sêneca, ela não é, como lembra Tillich (1952) a capacidade de raciocinar ou argumentar sobre a base de experiência e conformemente aos instrumentos da lógica e da matemática (como entenderá a seu tempo Spinoza). A razão, no pensamento de Sêneca e de outros estóicos, é o Logos: "a estrutura significante da realidade como um todo e da mente humana, em particular". Ela é o único bem do homem e vale mais que todo o resto somado, segundo Sêneca.

A razão é, assim, o que constitui a essência do homem: afirmar a própria essência é deixar-se dirigir pela razão, a coragem de ser fiel ao Logos. A razão que supera o medo, a razão que remove a ansiedade não é a capacidade de argumentar contra o medo e a ansiedade, pois o raciocínio não vence a emoção.

O homem sábio supera seus temores e desejos "pelo poder da razão universal do Logos". Não é o raciocínio lógico que dilui os temores, mas a rendição do "próprio núcleo pessoal" (Tillich, 1962) aos desígnios do Logos supremo, universal. A coragem estóica é a coragem da sabedoria, diante do contingente e das limitações humanas, e deriva sua força maior da doutrina e do exemplo socrático de afirmação da sabedoria ante o destino e a morte. Para Sêneca, a sabedoria (como a razão para Spinoza) não é apenas a antítese ou o oposto da emoção, "dos desejos e temores" mas, sim, um instrumento de clarificação que tira das coisas temidas as máscaras aterradoras do irracional: "nada é terrível nas coisas exceto o medo".

Outro estóico, Epicteto (*apud* Mondolfo, 1967), é ainda mais explícito: "Não é a morte e a privação que são coisas terríveis, mas sim o medo da morte e das privações". O caminho para libertar-se da ansiedade é retirar a máscara de horror que a imaginação atribui à morte e isto se obtém graças à fidelidade ao Logos, à sabedoria.

Essa posição da filosofia estóica, por um lado, antecipa teorias psicoterapêuticas mais recentes (baseadas na racionalização e/ou na aceitação das próprias limitações) e, por outro, introduz um elemento ético na luta contra a finitude humana: a resignação, pela fé no Logos. A coragem estóica é a coragem da resignação e, por isso, os que, por falta de sabedoria, se entregam à busca dos prazeres e aos temores do contingente e do desconhecido, formam a grande multidão dos "loucos". Eles vivem em conflito, pois, embora participem, pela sua própria natureza, do Logos, da racionalidade significante universal, são incapazes de afirmar essa natureza racional.

A resignação à finitude e às limitações da vida enquanto aceitação de uma racionalidade transcendente e ao mesmo tempo enquanto afirmação da própria natureza racional é o que liberta o homem estoicista dos desejos e dos medos e lhe dá sentido à vida. A mesma atitude o liberta também da culpa: Epicteto se alegra por haver aprendido a não se preocupar com nada que esteja fora do seu desígnio moral, numa clara derivação do pensamento socrático: "Sustentei aquilo que estava sob meu controle".

Desse modo, tanto a ansiedade existencial (medo da morte e do destino) como a ansiedade episódica (apreensão ou culpa) podem ser superadas, segundo a filosofia estoicista, pela afirmação da própria natureza racional, ora entendida como resignação a ser parte de um Logos transcendente, ora como aceitação das limitações do próprio domínio sobre si mesmo e sobre as coisas. Em qualquer caso, a coragem estóica é um ato ético de resignação a uma realidade cósmica que dá significação e essência ao humano mas não pertence a cada homem.

A resignação como sabedoria deriva de princípios constantes na filosofia estóica. O Logos é a alma do mundo, o princípio imanente da realidade, que dá à matéria a forma, o movimento e a vida. Ele encerra os pensamentos de todo o devir, de toda criação e transformação da realidade. Desse modo as idéias da Razão Universal são os germens dos acontecimentos no mundo e na vida humana: são as *Rationes Seminales* (*lógoi spermáticoi*). Na vida humana, a alma racional é a realização das razões seminais relativas ao homem e deve dominar os impulsos e a matéria. Essa alma, alma reitora, é diversa da alma sensível ou afetiva (*patos*).

Estabelece-se assim a dicotomia que reaparecerá no pensamento cartesiano, entre emoção e razão ou entre o instinto (alma sensível) e a razão (alma racional). Se a razão governa o instinto, o homem (microcosmo) se insere e se identifica na ordem universal (Logos) do macrocosmo. O instinto dirigido pela razão é a "vontade".

Essa vontade, que é um ato ético e de sabedoria, não é o mesmo que o desejo; desejar é ser afetado: a vontade é a determinação ra-

cional desse afeto. Quando o controle racional falha e o instinto (afeto) se desgoverna, ocorre uma distorção da razão, uma *ilusão*. É por isso que os homens que buscam o prazer são iludidos, "loucos" segundo a filosofia estóica.

São essas ilusões ou representações que nos enganam e assustam. Epicteto escreve: "Não são as coisas em si mesmas que transviam o homem, mas as nossas opiniões sobre as coisas. Não é a morte que é terrível, mas as nossas representações da morte" (*Ench.*, 5).

O problema da finitude do homem como fonte de ansiedade é para os estóicos uma contingência da ignorância humana: "Não há um só néscio que viva sem sofrer, sem temer" (*Dissert.* IV, 4-5). E Marco Aurélio diz: "Espera tranqüilo o teu fim ou transformação que seja... (V, 33). Embarcaste, navegaste, chegaste: desce. Homem, foste cidadão nesta grande cidade (a vida); que te importa se cinco anos ou três? O que é conforme às leis é igual para todos". O sábio não teme a morte, pois ela, como todo evento natural, é a realização da razão universal e assim a própria significação do homem.

Outras fontes de ansiedade: o arrependimento e a culpa perdem seu efeito na filosofia estóica: "Coloca o bem e o mal somente naquilo que depende de ti" (*Ench.*, 13). E, além disso, "todos os nossos fatos internos são meras realizações das determinações do fatum" (do Logos universal) (Arnim, 11, 272, 25). "O sábio nunca se arrepende do seu ato" (Sêneca, *Benef.* IV, 34).

Nem o medo do futuro deve atemorizar o homem: "Não te deixes perturbar por nada, pois tudo se passará como está previsto pela natureza universal" (M. Aurélio, VIII). "Tudo me convém, se a ti convém, ó Cosmos; nada me advém demasiado tarde nem demasiado cedo" (IV, 23).

Em resumo, a filosofia estóica e, mais precisamente, a ética estóica é uma ética antiansiedade, a ética da resignação ao Logos supremo, à Razão Suprema do Universo. Trata-se de uma ética racional que decorre logicamente da ontologia estóica, em que o homem é, como os demais seres, um processo de realização do ser transcendente, da ordem universal. A resignação à fatalidade não é penosa e não se deve ao temor, mas resulta do conhecimento da natureza e se confunde com a sabedoria. A sabedoria, que é o uso correto da razão, dissipa temores, culpa, arrependimento.

A serenidade estóica decorre dessa sabedoria. Desse modo, a ansiedade e os temores, como a busca dos prazeres, da fama e da fortuna, são típicos dos "néscios". Portanto, vício, ansiedade e ignorância se confundem: são o irracional. Como se confundem virtude, serenidade e sabedoria: são a reta razão, o *ortos logos*, realizando o Logos universal.

Assim, mais uma fonte de ansiedade: o medo da não-significação também desaparece, na filosofia estóica, pois resignar-se às determinações da natureza universal é realizar o próprio ser, o segredo da existência feliz. Nos *Solilóquios,* Marco Aurélio escreve: "... é para proceder como homem, que desperto. E devo, então, ficar contrariado por ir cumprir a tarefa para a qual sou feito, em virtude da qual fui posto no mundo?... Não vês como as plantas, os pardais, as formigas, as aranhas, as abelhas desempenham cada qual seu papel e contribuem com sua parte para a ordem universal? E tu, não queres cumprir a tua obra como homem? Não te apressas a cumprir o que exige a tua natureza?" (*Sol.* V, 1).

Como se verá adiante, no pensamento filosófico do século XVII, na filosofia de Sören Kierkegaard no século XIX e em várias abordagens teóricas do século XX, a ansiedade reaparecerá ainda como produto da contradição entre a razão e o afeto (ou o instinto), entre as capacidades humanas e a finitude do homem, esta entendida como a morte ou como a impotência diante do destino e do futuro, ou ainda como a incerteza da significação da própria existência.

A "ética ôntica" (Hirschberger, 1957) dos estóicos, que afasta qualquer dessas formas de ansiedade, pela fé na Razão Universal (Logos) e pela resignação fatalista ao devir da natureza enquanto realização das razões seminais de um Logos, reaparecerá com diferentes formulações no pensamento de Spinoza e Leibniz, que comungam com os estóicos na admissão de um desígnio superior, monista.

Já na filosofia de Pascal, como na de Kierkegaard, em que o irracional readquire sua força determinante sobre o pensamento e a vida humana, essa ética salvadora não será possível.

As abordagens desses filósofos aos problemas de ansiedade humana importam fundamentalmente, pois é do pensamento deles e, mais ainda, das contradições entre tais abordagens que resultarão as tendências culturais do século XX. "É nesse sentido que as formulações feitas pelos líderes intelectuais de um século tornam-se senso-comum, sob a forma de pressupostos inconscientes, para grande número de pessoas nos séculos subseqüentes" (May, 1950).

As formulações filosóficas, portanto, mesmo não sendo causa do desenvolvimento cultural da época em que surgem, determinam linhas-mestras da cultura subseqüente, na medida em que seus autores penetram e sintetizam as tendências da cultura que vivem.

É uma divagação interessante refletir sobre qual seria hoje o significado da palavra "ansiedade" se a cultura presente (e local) não houvesse recebido influências do racionalismo cartesiano, mas de doutrinas pós-cartesianas, às vezes anti-racionalistas.

À parte essa influência histórica de momentos precedentes da cultura, cada época e cada classe sócio-econômica possui contradições culturais próprias que determinam fontes de ansiedade, interesse maior ou menor do pensamento pela ansiedade e direções à teoria nesse campo.

Não é sem motivo que o primeiro tratado sistemático da ansiedade e o primeiro texto a trazer tal palavra no título tenham nascido do pensamento de Kierkegaard, na primeira metade do século XIX, com uma clara marca antihegeliana e anti-racionalista e uma nítida tendência antidogmática.

O texto de Kierkegaard espelha, de fato, uma reação cultural ampla, característica do entrechoque que envolvia de um lado a filosofia racionalista de extração cartesiana, a minimizar a emoção e o sentimento por refratários à razão (matemática), e, de outro, a reação quase emocional do pensamento individualista de derivação pascaliana que via na razão e na postura racionalista insuficiência não só para a elaboração de uma ética, mas também no campo da epistemologia.

Mas, antes de tratar da "teoria" kierkegaardiana da ansiedade, convém apontar-lhe os antecedentes filosóficos. A síntese do estoicismo greco-romano entre razão e natureza e a teoria da vontade como direção racional do instinto (emoção, paixão) são incompatíveis com as tendências dominantes da revolução cultural iniciada no Renascimento que, como raiz comum, tinham a "crença nas capacidades racionais do indivíduo" (May, 1950).

É o período da confiança na "razão autônoma", diversa da razão estóica que era a realização de um Logos transcendente ao indivíduo. É a época da "razão matemática" (Cassirer, 1944) descrita lucidamente por Dilthey (1927), em que "a dinâmica de Galileu serviu de fundamento a uma verdadeira inteligência da natureza" e em que "os processos contidos no método de Galileu, que consistiam na união entre o pensamento matemático, a observação e a experiência, passaram a impor-se em todas as criações científicas do homem".

A razão humana, submetendo a natureza e progredindo constantemente de conhecimento em conhecimento, apontava como o verdadeiro fim da humanidade a autonomia do pensamento e a dominação dos eventos por meio da ciência. Foi nesse clima cultural que germinou a dicotomia cartesiana entre a mente e o pensamento de um lado e o corpo (a extensão) do outro.

Na reflexão sobre a ansiedade humana, a filosofia de Descartes teve uma conseqüência direta, devida à sua teoria das paixões a partir da dicotomia mente-corpo, e um efeito indireto, derivado do próprio método de reflexão que Descartes instituiu.

As paixões são formas inferiores de conhecimento e, como tal, recebem conotação subsidiária. As paixões primitivas (admiração, amor, ódio, gozo e tristeza) e seus compostos têm, de positivo, a função de dispor a vontade a novos conhecimentos. Mas levam ao erro se "não permanecem em seus limites naturais". A verdadeira "utilidade das paixões consiste em que fortificam e prolongam na alma pensamentos que lhe convém conservar"... e "todo o mal que podem causar consiste em que podem fortificar ou conservar esses pensamentos além do que é conveniente".

As emoções (paixões) têm, portanto, uma finalidade imprecisa e imperfeita e somente podem servir quando submetidas ao controle da vontade através do uso disciplinado da razão, ou do que E. Bréhier considera uma "terapêutica intelectual". Só se permite que subsistam as paixões "lícitas": os gozos e desejos que não nos apresentem as coisas como melhores ou mais desejáveis que o devido.

Ora, como a regra do que é devido e conveniente é a "regra da razão", as emoções são fontes de imperfeição até que a razão as controle. E a hegemonia da razão vai além: "Segundo a regra da razão, cada prazer deve medir-se pela grandeza da perfeição que lhe produz", o que implica que a própria sensação do prazer é um erro se a ela não corresponder um aperfeiçoamento da razão.

A teoria das paixões, de Descartes, contorna o problema da dicotomia razão-emoção instituindo, com clara marca mecanicista, a dicotomia mente-corpo e colocando a emoção não como atributo da vida corporal, mas como atividade imperfeita da mente.

A paixão, enquanto emoção, não é parte da determinação irracional da vida humana, mas é sempre forma imperfeita de conhecer, a menos que o rigor racional a discipline. Como a utilidade das paixões é contingente a momentos específicos de vida, não é possível, no sistema cartesiano, uma ética global e inclusiva como a ética dos estóicos. Só é possível uma "moral provisória", que implica uma constante vigilância da razão. Assim a resignação estoicista aos desígnios de um Logos cede lugar a uma ética de opção e responsabilidade constantes.

O método cartesiano por sua vez levará ao progressivo desinteresse pelos aspectos irracionais do mundo e da vida humana. Esse aspecto já aparecera na conceituação das paixões como formas imperfeitas e subsidiárias de conhecimento. A ênfase nos fenômenos suscetíveis de tratamento mecanicista ou matemático conduzira a uma supressão progressiva das experiências não-passíveis de cálculo e quantificação, as experiências "irracionais".

O método cartesiano e, mais que ele, o momento histórico-cultural que ele sintetiza, aumentaram a confiança do homem em relação ao

futuro e à possibilidade de superar a doença e os problemas da sobrevivência, graças à fé na razão e à confiança no método científico. Dele adviria, como adveio, a expansão do conhecimento e do domínio humano sobre a natureza e sobre seus próprios processos de conhecimento.

O mecanicismo e a confiança na razão individual através da redução dos medos irracionais "desenfeitiçou o mundo" (Tillich, 1950), gerando na filosofia popular efeitos antiansiedade. Mas tais efeitos eram dependentes da confiança na razão-matemática: poderiam durar, enquanto persistisse tal confiança e enquanto o próprio progresso resultante do método não viesse a criar novos objetos de medo e de desconfiança. Esse progresso consistiu basicamente no industrialismo pós-Renascimento que, ao mesmo tempo em que assegurava domínios da natureza e subsistência, colocava em crise a importância da criatividade sem utilidade prática e da expressão das emoções. Paralelamente o individualismo do conhecimento cartesiano teve suas conseqüências sobre a significação do relacionamento interpessoal, que se manifestam claramente no pensamento de Pascal e Kierkegaard.

Como os estóicos na filosofia antiga, é Spinoza quem, no século XVII, formula uma ética antiansiedade. Ao invés da progressiva supressão da vida emocional que o cartesianismo acarretou, com a dicotomia entre mente e corpo, o sistema de Spinoza restabelece o papel determinante das emoções na vida humana e procura um método de conhecimento e de conduta moral a um só tempo. No sistema de Spinoza, mais que no cartesiano, procura-se a unidade da natureza humana, a harmonia entre a razão e a emoção. Enquanto na filosofia cartesiana as paixões são formas rudimentares e imperfeitas do conhecimento, no pensamento de Spinoza as emoções, *per se*, são opostas ao processo de conhecimento.

A despeito da preocupação unificadora de sua ética, é em Spinoza mais que em Descartes que se nota, implícita, a idéia de uma dicotomia razão-emoção. Na obra de Descartes a dicotomia era entre o pensamento (mente) e a extensão (corpo); as emoções (paixões) eram formas imperfeitas do pensamento e não o outro termo da dicotomia.

Para Descartes as emoções constituem, antes de tudo, um problema de teoria do conhecimento; para Spinoza constituem, a um tempo, uma questão ética e de conhecimento, já que a moral correta é indissociável, para ele, do conhecimento certo e verdadeiro.

O parentesco é maior entre as idéias de Spinoza e as do neoplatonismo e do estoicismo, como tem sido salientado por Bréhier (1942), Dilthey (1927) e Carvalho (1950) e outros (embora a razão spinoziana seja diversa do Logos estoicista).

A preocupação ético-ontológica de Spinoza coincide com a fase final da "destruição da metafísica teológica pela ciência" que colocou como o novo objeto da filosofia a inteligência da ordem mecânica do universo. A concepção cartesiana do pensamento como substância independente da matéria colocava problemas de difícil solução.

Para Spinoza só existe uma substância: "o ser essente e atuante de Deus". Os eventos físicos e os da vida humana são modos da substância divina. Os acontecimentos, portanto, são a atuação de uma racionalidade absoluta. "A razão é identificada com as noções de causa e de lei, tanto na ordem do pensamento como na ordem das coisas, e se define como negação da contingência" (abstração dos modos da substância) "ou pelo pressuposto de que tudo o que existe e ocorre, existe e ocorre necessariamente como ordenação imanente às próprias idéias, seres e eventos" (Carvalho, 1950).

Nesse contexto de idéias, não há lugar para a humildade, o arrependimento e a culpa. Aperfeiçoar o próprio entendimento, usar corretamente a razão é o objetivo ético que decorre. Daí que a *Ética* (1950) seja *more geometrico demonstrata* e que o *Tratado da Reforma do Entendimento* (1950) seja um autêntico texto de ética.

Em ambas essas obras Spinoza demonstra inúmeras vezes a agudeza de seu pensamento em matéria de psicologia humana, construindo uma verdadeira teoria das emoções que antecipa numerosos conceitos da psicanálise e da teoria psicossomática.

A razão pode controlar as emoções, o irracional, mas não através de uma rigidez moral nos moldes da ascese cristã: o uso correto da razão tem como conseqüência lógica e fatal o controle das emoções e a virtude.

Virtude, racionalidade e felicidade são diferentes aspectos de uma única atividade: o conhecimento correto.

O uso correto da razão elimina a dúvida, a incerteza, que são o fundamento do temor e da esperança. Esperar e temer são emoções características de quem não tem certeza, são dois aspectos de um conhecimento imperfeito.

Para Spinoza não há medo sem esperança nem esperança sem medo e a inquietude (ansiedade) do homem é justamente o sentimento misto de medo e esperança.

O objetivo geral, expresso, da obra ética de Spinoza é a felicidade, identificada com a certeza do conhecimento racional.

O sofrimento humano deriva da ignorância à qual se devem os erros, as dúvidas, os temores, a culpa e o arrependimento. "Quanto mais nos dedicarmos a viver segundo a guia da razão e quanto menos dependermos da esperança, mais nos libertaremos e mais nos tornaremos livres do meio e dominaremos o acaso (*fortune*) tanto quanto

for possível e finalmente dirigiremos nossas ações segundo o conselho certo da razão."

Este trecho da *Ética* contém os elementos básicos de uma autêntica "higiene mental" e ao mesmo tempo uma teoria da virtude: não há temor, nem o sentimento de impotência diante do destino ou do acaso (*fortune*) para o homem que dirige suas ações conforme a luz da razão. Mas esse estágio de perfeição (e serenidade) dependem do esforço.

Esta é uma diferença importante entre o panlogismo estoicista e o spinoziano: a razão spinoziana requer a vontade e não a mera resignação.

A emoção do temor ou da incerteza só se vence pela emoção, mais forte, de sentir-se livre do medo e da incerteza. A capacidade de guiar-se pela razão depende do sentimento dos efeitos libertadores resultantes do *esforço* para guiar-se por ela.

Esse esforço consiste fundamentalmente em corrigir o entendimento, em "ordenar nossos pensamentos e imagens". O mesmo esforço de ordenação serve de fundamento à coragem: "Devemos enumerar e imaginar os perigos comuns da vida e qual a maneira melhor de evitá-los e superá-los pela coragem".

É fácil perceber nesses pensamentos uma antecipação de princípios fundamentais da concepção da ansiedade na chamada "psicoterapia existencial" contemporânea, consubstanciada, principalmente, em escritos de May e Tillich. É preciso notar, além disso, quanto a psicoterapia de Spinoza requer de algum modo a verbalização ou pelo menos o equacionamento lógico das apreensões humanas como condição para a serenidade; entretanto, essa formulação racional ou logificação dos objetos de medo e de esperança, segundo Spinoza, tem sua eficácia baseada num elemento de *certeza* que distingue o conhecimento verdadeiro e salvador. Nem todo o conselho da razão é certo. Basicamente, certo é o conhecimento deduzido de princípios verdadeiros em si mesmos; e no presente trabalho não é relevante esmiuçar o método spinoziano.

Na época cultural em que escreveu, comungando da confiança na razão individual, Spinoza bem podia admitir que se pudesse atingir diante de uma questão ética a mesma certeza matemático-dedutiva possível diante de uma proposição de geometria: daí uma *Ética More Geometrico Demonstrata.*

Como salienta May (1950), a posição de Spinoza espelha, além do clima de expansão cultural relativamente acrítica do século XVII, a base religiosa do pensamento spinoziano. O substrato cultural da ansiedade, no século XX, como se verá adiante, resulta em grande parte do desenvolvimento da crítica do conhecimento, da perda da

confiança na razão e da crise do pensamento religioso dogmático, aspectos típicos dos séculos XIX e XX.

Mesmo seguido à risca, o método ético de Spinoza (com sua conseqüência antiansiedade) só seria eficaz no momento histórico cultural em que foi formulado, dadas as premissas de que deriva: a confiança na direção racional da vida e a idéia da vida e da natureza e seus eventos como modos de atuação de uma substância divina, única.

May (1950) afirma que Spinoza não chega a tratar o problema da ansiedade, limitando-se a elaborar sua teoria do medo e do domínio sobre ele. É preciso, entretanto, lembrar que para Spinoza não há medo sem esperança, nem esperança sem medo: sendo a inquietude humana o efeito da dúvida, que é a causa comum do medo e da esperança (Bréhier, Dilthey, Hirschberger, Carvalho).

O temor é ainda, para Spinoza, a incerteza do futuro. Desse modo, parece-nos, o tratamento do problema do medo-esperança é um verdadeiro texto sobre a liberação da ansiedade e é assim que esse autor antecipa princípios e conselhos (técnicas) que farão parte de teorias da ansiedade até no século XX.

Se Descartes conduziu a uma minimização da emoção, se Spinoza restabelece a categoria essencial da emoção na natureza humana, ainda no século XVII, Pascal chegará a sustentar a supremacia da emoção sobre a razão, antes que Hegel (já no século XVIII) restaure a hegemonia do racional.

Poucos pensadores, como Pascal, limitaram tão nitidamente a importância da razão à de mero instrumento do homem para um certo tipo de conhecimento; e paradoxalmente poucos gênios da razão matemática têm a estatura de Blaise Pascal, mesmo no século da "razão matemática".

"O coração tem razões que a razão desconhece" é a frase que resume o pensamento pascaliano sobre a ansiedade, uma ansiedade sofrida e não apenas estudada: "Se não houvesse mais que a razão sem paixões... se não existissem mais que as paixões sem razão ... Mas, tendo uma (coisa) e outra, o homem não pode ser (existir) sem guerra, não podendo ter a paz com uma sem ter guerra com a outra: por isso ele está sempre dividido e contrário a si mesmo" (p. 412, ed. Brunschvicg).

A inevitabilidade do conflito razão-emoção e o sentimento de insegurança e impotência que fatalmente deriva de tal conflito são as idéias-mestras da concepção pascaliana de ansiedade.

Nos textos contemporâneos sobre ansiedade é comum encontrá-la caracterizada ora como a impotência diante daquele conflito,

ora como a solução de tal conflito através da rigidez e do isolamento, isto é, como outro tipo de ansiedade: a incomunicação.

Pascal, além de estabelecer com grande antecedência o "programa" que o desenvolvimento cultural propôs a Freud: reunificar o homem dividido (May, 1950), precedeu também concepções que se encontram, com ligeiras diferenças, na obra de Kierkegaard e dos autores existencialistas da pscologia atual.

Convém citar aqui *ipsis litteris* o texto do pensamento 413 de Pascal (Ed. Brunschvicg, p. 513): "Esta guerra interior da razão contra as paixões fez com que os que quiseram ter a paz se dividissem em duas seitas. Uns quiseram renunciar às paixões e tornar-se deuses, outros quiseram renunciar à razão e tornar-se animais selvagens... Mas não o conseguiram nem uns nem outros; e perdura sempre a razão que acusa a baixeza e a injustiça das paixões e que perturba o repouso dos que a ela se abandonam; e as paixões estão sempre vivas naqueles que querem renunciar a elas".

A busca da solução da desunião dentro do homem, dividido entre razão e paixão, através da rigidez, que implica o isolamento ou a incomunicação com os outros homens e significando, portanto, a solução de uma ansiedade por outra (a falta de significação social), aparece no pensamento de Kierkegaard, Jaspers, Tillich e May. Mesmo independentemente de qualquer análise filosófica é possível notar que numerosas concepções da ansiedade, ao tratarem dos efeitos comportamentais desta, referem a rigidez de valores ou comportamentos motores e verbais e a redução das possibilidades de comunicação, cooperação social ou de atividades participativas. Mesmo na área experimental, é possível distinguir resultados indicadores de ambos os efeitos mencionados, rigidez e incomunicação, ou de um ou outro destes. Curiosamente, portanto, as reflexões de Pascal e outros filósofos fornecem, à distância considerável de tempo, critérios de classificação de formas e de conceitos de ansiedade como os adotados, por exemplo, no cuidadoso levantamento de estudos psicológicos (experimentais ou não) nesse campo, publicado por Hanfman em 1950.

O conflito humano, a contradição do homem, para Pascal não pode ser compreendida e muito menos corrigida pela razão e, muito menos, por uma razão matemática: o homem é contraditório e imprevisível e assim não há certeza em matéria de moral, muito menos uma certeza comparável à que acompanha uma solução de geometria, como desejava Spinoza. Pascal, de certo modo, fecunda a corrente romântica na filosofia, a qual florescerá depois dele, determinando poderosamente as tendências da filosofia contemporânea e seus reflexos na teoria da ansiedade humana.

Pascal distingue três tipos principais de inquietude no homem, que hoje chamaríamos três conteúdos da ansiedade: a fuga da reflexão a respeito de si mesmo, a inquietude (ou insatisfação) constante da vida humana, a precariedade e miséria do homem no universo.

Em expressão contemporânea, esses três tipos de inquietude poderiam ser formulados como: o conflito gerado pela repressão da autoconsciência, a impotência diante do imprevisto (do irracional) e a incerteza sobre a própria significação. São temas cruciais da teoria freudiana e, muito mais, da abordagem existencialista ao problema da ansiedade.

O trecho seguinte de Pascal é expressivo a esse respeito: "Eis o nosso estado verdadeiro; é o que nos torna incapazes de saber com certeza e de ignorar de modo absoluto. Nós navegamos sobre um meio vasto, sempre incertos e flutuantes, empurrados de um extremo a outro. Qualquer termo ao qual pretendemos nos agarrar e nos firmar estremece e nos abandona; e se nós o seguimos, escapa de nossas mãos, escorrega e foge numa fuga eterna. Nada se fixa para nós. É o estado que nos é natural e todavia o mais contrário à nossa inclinação. Nós ardemos de desejo de encontrar uma situação firme e uma base última constante para edificar sobre ela uma torre que se erga ao infinito, mas todo o nosso fundamento desmorona e a terra se abre até os abismos. Não procuremos pois a segurança e a firmeza. Nossa razão é sempre enganada pelas aparências; nada pode fixar o finito entre os dois infinitos que o enclausuram e lhe fogem" (Ed. Brunschvicg, 72).

A fé na razão, salvadora da certeza da significação e da segurança do futuro, desaparece totalmente no pensamento pascaliano: o homem é, por natureza e por destino, contraditório, dividido e inseguro. A ansiedade, sob a forma de incerteza, insignificação ou impotência, é própria da natureza do homem.

Kierkegaard adotará e aprofundará essas idéias de Pascal e ultrapassará a perplexidade pascaliana diante do paradoxo humano, propondo uma solução que se baseará no primado da existência (embora contraditória) sobre a essência do homem tal como a razão a apresenta. Será Nietzsche quem proporá um método ético de convivência com o irracional (o instinto), antecipando claramente diversos conceitos freudianos. A afirmação kierkegaardiana da existência será mais que tudo um ato de coragem e de aventura, enquanto o método de Nietzsche reproporá em outras bases uma ética terapêutica à semelhança do que Spinoza buscava. Enquanto Spinoza a derivava do uso correto da razão como forma superior da natureza humana, Nietzsche a fundamentará na afirmação da existência do homem,

aceita como a sua natureza, embora dirigida racionalmente, quanto possível.

Enquanto para Spinoza a perfeição ética identifica-se com a racionalidade, para Kierkegaard e Nietzsche a perfeição é a convivência da razão com o instinto (a irracionalidade), sendo essa coexistência (por vezes contraditória) a verdadeira natureza do homem. Isso porque o conceito de homem, para Spinoza como para Hegel, é fruto de uma abstração racional; para Kierkegaard, Nietzsche e, mais tarde, para Freud, o homem é cada indivíduo único e peculiar que opta, erra, julga, aprova e reprova, deseja e teme, em meio às contingências contraditórias do cotidiano.

O clima cultural do século XIX, no qual floresceu o pensamento de Kierkegaard e o de Nietzsche, foi descrito por Cassirer (1944) e Bochenski (1962) entre outros.

Já na segunda metade do século XVIII o desenvolvimento cultural conduzira, depois e apesar do sistema monista de Leibniz [1646-1716], ao desmoronamento gradual da visão racionalista ou panlogística da natureza e do homem. O progressivo avanço do pensamento individualista com sua ênfase no direito natural e na liberdade individual criou as condições iniciais para uma filosofia da opção do indivíduo e da significação desta para o conhecimento e a ética. E leva assim, mais remotamente, à compartimentalização do conhecimento, à qual Cassirer chamou de "as ciências autônomas". A unidade do conhecimento fraturou-se, também como efeito do progresso científico mais diversificado, baseado na razão matemática e no método de Galileu, que a incorporara.

Duas principais conseqüências decorreram para a cultura ocidental dos séculos XVII e XVIII no que toca ao problema da ansiedade: a visão individualista do homem (com seus corolários: necessidade de opção, responsabilidade e culpa) e a crise de confiança nos grandes sistemas de explicação unitária e estática da natureza e da vida (com seus complementos: contradições nas ciências, insegurança do conhecimento, desconfiança das abstrações racionais sobre o homem e sobre sua existência concreta).

Essas duas conseqüências compõem a tendência *"romântica"* da filosofia no começo do século XIX, que se caracterizava "por uma exaltação da vida e do espírito; a qual se explica por uma reação vigorosa contra as doutrinas mecanicistas". Ao invés do caminho sugerido por Kant: superar as conseqüências do mecanicismo através da razão, os românticos preferiram outra via: renunciar à razão e afirmar a possibilidade de outras vias de conhecimento da realidade: "o sentimento, a vida, a religião e outras coisas idênticas" (Bochenski, 1962).

A influência do romantismo sobre a cultura do século XIX deveu-se à constante ênfase sobre o movimento, a vida e a evolução, por oposição à visão estática do mundo professada por todas as filosofias dos séculos XVII e XVIII. Para elas, mecanicistas, a grandiosa máquina do mundo é uma estrutura ordenada, estabelecida "de uma vez para sempre" e na qual nada de novo se produz, nem mesmo as idéias e as criações do homem.

Para completar este resumo do quadro cultural do século XIX, deve-se ainda mencionar duas outras correntes do pensamento da época: o idealismo alemão e o empirismo, herdado de Locke [1632-1704], Berkeley [1685-1753] e Hume [1711-1776]. O idealismo representa a tendência do século XIX para construir grandes sínteses, grandes sistemas de pensamento, e encontra seu representante maior em Hegel [1770-1831]. Hegel entende toda a realidade como o desenvolvimento de uma razão absoluta que avança dialeticamente, através da tese e da antítese, para uma nova síntese.

A despeito de adotar o princípio romântico da evolução e criação contínuas, o sistema de Hegel entende a vida humana como parte de um processo dialético global que transcende ao indivíduo e se inclui, assim, dentro da tendência racionalista: "A filosofia hegeliana é um racionalismo radical" (Bochenski, 1962). Essa minimização hegeliana das contingências existenciais do homem, em favor de uma abstração racional. será o alvo prioritário da argumentação de Kierkegaard, no século XIX.

O desenvolvimento das "ciências autônomas", das áreas particulares do conhecimento e as contradições que revestia, levou, por oposição, ao *materialismo* alemão representado principalmente por Feuerbach [1804-1872] que, defendendo um determinismo radical, não podia admitir sequer a existência do espírito. Conduziu também ao *positivismo* de Comte [1798-1857] que partilhava o determinismo materialista e reduzia a filosofia à síntese das ciências. Do materialismo, associado ao positivismo, e da obra de Darwin [1809-1882] resultará o *evolucionismo* representado soberanamente por Spencer [1820-1903].

Essas correntes materialistas "manifestam-se da maneira mais eficaz no terreno da *Psicologia*" no fim do século XIX e início do século XX. Watson [1878-1958] fundará o behaviorismo e Pavlov [1849-1936] criará a reflexologia, ambas as escolas contrárias ao estudo de um psiquismo espiritual e voltadas à análise de relações entre eventos materiais e o comportamento observável.

Resumindo as tendências do pensamento no século XIX, Bochenski enumera o racionalismo, o evolucionismo, a edificação de grandes sistemas, o antipersonalismo monista.

O *irracionalismo* sintetiza a reação a algumas dessas tendências, sob a guia de Schopenhauer [1788-1860] e de Kierkegaard [1813-1855].

O irracionalismo, de derivação romântica, enquanto oposição ao racionalismo radical de Hegel, é representado tipicamente pelo pensamento de Kierkegaard, mas terá sua evolução própria ao enfrentar um novo racionalismo derivado das ciências particulares. Apoiar-se-á, então, na teoria evolucionista de Darwin e, com clara marca vitalista, aparecerá na obra de Nietzsche [1844-1900] que, à maneira de Kierkegaard, sustentará o primado dos impulsos vitais sobre a razão e a relatividade de todos os valores.

O evolucionismo germinará também na obra de Dilthey [1833-1912] que estenderá o relativismo a toda a filosofia, sustentando o primado da história e inaugurando assim a visão historicista do conhecimento e da vida.

Neste breve resumo do clima cultural do século XIX, estão relacionados os elementos necessários para o surgimento de *O Conceito de Angústia,* de Kierkegaard, e para a doutrina de Nietzsche sobre os impulsos vitais que determinarão a teoria da ansiedade humana nesse século, como se discutirá adiante.

Paralelamente, foram enumeradas as condições culturais que gerarão os conceitos de ansiedade no início do século XX e as características metodológicas da abordagem contemporânea dos problemas da psicologia e, especificamente, do problema da ansiedade, como se verá mais abaixo.

O Conceito de Angústia, de Sören Kierkegaard (1844), é o primeiro texto a tratar especificamente, já mesmo no título, o problema da ansiedade. Embora a preocupação última do autor nessa obra seja religiosa ou teológica, seus escritos são a origem da filosofia existencialista, cuja significação contemporânea é crescente no campo da psicologia da ansiedade.

A perplexidade quase desesperada de Pascal diante da natureza contraditória do homem, como fonte de inquietude, temor e dúvida, amplia-se desmesuradamente na obra de Kierkegaard e nela recebe uma elaboração ética mais aprofundada. Kierkegaard, que reflete nitidamente a influência irracionalista de Pascal, representa soberanamente a corrente romântica da filosofia do século XIX, com sua ênfase na evolução, no movimento e na vida. Sua obra se distingue, entretanto, por colocar no centro da evolução do movimento e da vida o indivíduo em sua existência concreta, numa permanente recusa da abstração racionalista no que respeita à natureza humana.

É no pensamento de Kierkegaard que recebem uma formulação algo mais sistemática os tipos de ansiedade tratados de modo mais ou

menos explícito pelos estóicos, por Spinoza, por Pascal: temor da morte e do futuro, o sentimento de impotência diante do irracional, a preocupação com a significação da própria existência, do próprio Eu. Os mesmos temas serão incorporados de diversos modos em teorias ou abordagens contemporâneas da ansiedade. Não é sem razão que May (1950) considera Kierkegaard um dos maiores psicólogos de todos os tempos.

É importante, para entender as abordagens correntes do problema da ansiedade, considerar aqui o confronto entre razão e emoção não como dilema psicológico, mas como entrechoque de posições filosóficas que de algum modo permanecem "na forma de pressupostos inconscientes em grandes números de pessoas" no século atual.

Para Kierkegaard, o sistema de Hegel, para quem o racional é o real, suprime qualquer distinção entre Deus, o mundo e o indivíduo, transformando as três realidades numa essência única, monista: o Espírito Absoluto. Não há, para Kierkegaard, qualquer possibilidade de a filosofia conciliar as contradições irredutíveis entre essas realidades: Deus, a natureza e o indivíduo são realidades únicas, complementares, talvez, já que a existência de uma se expande na outra; mas não suplementares, pois cada uma tem sua natureza própria. Só a abstração racional, violentando a realidade, pode, artificialmente portanto, confundi-las. Qualquer sistema que o tente construirá uma realidade imaginária que em nada corresponderá à existência.

Há um resíduo irredutível que transcende ao sistema que tenta integrar ou unificar a realidade: são oposições inconciliáveis, absolutas: a existência é um processo que tende em direção ao Indivíduo, que é forma essencial da existência, e não a uma totalidade racionalmente pensada. É um erro admitir uma verdade objetiva que engloba o Indivíduo: a verdade é a do Indivíduo na sua subjetividade.

O Indivíduo enquanto existência não pode ser integrado num sistema objetivo absoluto: o que tal sistema pode integrar é uma idéia de indivíduo, uma ficção racional da existência.

A certeza racionalista de Hegel é, para Kierkegaard, uma abstração falseada do conhecimento, na qual se perdem as riquezas de subjetividade singular do indivíduo, enquanto conhecedor, e se violenta a sua verdadeira natureza, enquanto objeto do conhecimento, já que a existência não se presta e resiste a uma "dissipação em fatores puramente ideais". Para Kierkegaard, ao contrário de Spinoza, "quanto mais aumenta a excelência da prova, mais diminui a certeza" (1844). Os aspectos de universalidade e de objetividade são importantes no conhecimento mas são conceitos meramente intelectuais; e o conhecimento verdadeiro, o do indivíduo, não depende da sua mera intelectualidade isolada do restante de sua existência.

É evidente, a este ponto, que Kierkegaard remove definitivamente qualquer segurança de uma doutrina "certa" que salve o homem da incerteza e da dúvida, como queriam os estóicos e Spinoza: não há o *ortos logos* ao qual agarrar-se para ter certeza intelectual ou moral. As conseqüências éticas, inevitáveis, de tal posição são óbvias: o Indivíduo deve continuamente procurar a *sua* verdade; o conhecimento e a certeza moral implicam a cada momento a opção, o risco, a dúvida e a adesão total do próprio Eu a cada situação existencial. Uma premissa é inevitável: o sentimento do próprio Eu, ou a individualização de si mesmo.

A verdade se atinge como resultado de uma harmonia entre o intelecto, a vontade e a ação. Pensar, querer e agir compõem a existência individual. Uma verdade ou certeza que fosse produto exclusivo do intelecto seria uma enganadora forma de conhecimento: não seria a verdade.

É evidente, aqui, que a vida humana, para ser verdadeira e integral, deve incluir a subjetividade e a adesão individual a opções freqüentes, sujeitas permanentemente ao risco de serem abandonadas e substituídas. Desse modo, o conflito razão-emoção, bem como outras fontes de ansiedade como a insegurança do futuro e da própria significação, temas permanentes na ética filosófica, são condições inseparáveis da própria auto-realização do homem como um *Eu*, como um Indivíduo. É assim que, para Kierkegaard, não há caminho para existir (implicando conhecer, querer e agir) senão através da ansiedade, companheira inseparável do homem integral, concreto.

As abstrações racionalistas, que permitem fugir dessas ansiedades graças à fé na razão ou ao abandono ao destino, ou à resignação aos desígnios de uma realidade transcendente (como fuga da busca de explicar a própria significação), constituem uma deformação e uma compartimentação ilegítima do indivíduo *existente*. Não há, pois, existência sem aventura, não há realização do próprio Eu, da própria existência, sem risco, sem ansiedade. A ansiedade, inerente à opção individual, é condição de libertação na medida em que só através dela o homem se realiza integralmente, rompendo a submissão à tirania esterilizante dos sistemas racionais. Tais sistemas, além de violentarem a existência do Indivíduo, são inúteis, pois de nada vale o conhecimento de uma presumida verdade objetiva se ela em nada influencia a existência de qualquer indivíduo, qualquer *Eu* (existente). Qualquer resolução teórica ou explicação racional no campo do conhecimento ou da ética é totalmente supérflua se não tiver efeitos sobre a existência concreta do Indivíduo.

Essa explicação ou solução teórica só será verdadeira quando é acreditada e vivida pelo indivíduo, num ato existencial. E quando,

em matéria de ética, uma resolução corresponde a um objetivo lealmente acreditado e realizado como próprio do Indivíduo.

Assim, o indivíduo é a fonte da verdade; o que implica o aperfeiçoamento de seus processos de conhecimento a fim de não se enganar propositadamente. Ora, esse aperfeiçoamento não é nenhum treino da razão, nem qualquer "reforma do entendimento" mas o aprofundamento e a ampliação da própria subjetividade: tornar-se, cada vez mais, um *Eu*. O indivíduo só será um *Eu* pessoal através da seriedade com que assume a própria existência. O requisito básico para essa seriedade é concentrar-se na consciência da própria existência e agir lealmente, em conseqüência.

Exige-se, pois, além da aceitação do risco envolvido em qualquer afirmação ou ampliação da própria existência, uma disposição de engajamento pessoal, que é condição *sine qua non* da própria existência do Indivíduo como um *Eu*.

Assim, existir como um Eu é arriscar-se; não há existência sem risco.

Escapar desse risco através da confiança na razão é aceitar a própria deturpação, a inexistência como Indivíduo; pois o intelecto é apenas parte do indivíduo. Querer e desejar sem agir de acordo com a opção feita é também aceitar a própria mutilação. Do mesmo modo, agir sem optar ou optar sem procurar entender são outros modos de ser sem existir.

Essas soluções, que implicam a não-integração ou a desintegração, são tentativas enganosas de escapar do risco inerente a qualquer afirmação da própria verdade ou, o que dá no mesmo, da própria existência ou identidade pessoal. Essas formas de conduzir a vida são a ansiedade patológica, neurótica. São formas de vida não-satisfatórias, que buscam evitar a ansiedade normal que os riscos da existência como um *Eu* acarretam.

É fácil, nesse ponto, lembrar um conceito freudiano de neurose, entendida como comportamento destinado a evitar a ansiedade da afirmação dos próprios impulsos. Como Freud mais tarde, Kierkegaard tenta reunificar a natureza humana, bipartida desde a dicotomia cartesiana, tacitamente admitida nas tentativas ulteriores destinadas a reduzir o conflito razão-emoção através do controle racional das emoções. no século XVII, e por meio da repressão das emoções, nas posições idealistas ou materialistas dos séculos XVIII e XIX.

Por outro lado, o pensamento de Kierkegaard, como o de Schopenhauer e o de Nietzsche, procura redescobrir a dinâmica reprimida do irracional, quer no mundo, quer no homem.

A tradução clínica de tais idéias será representada pela teoria freudiana que, de um lado, redescobrirá o poderoso determinismo

irracional na vida humana (já pressentido e sofrido por Pascal, aceito serena e corajosamente por Kierkegaard e tratado como problema psicológico por Nietzsche) e, de outro lado, tentará indicar um método de reunificação entre razão e instinto.

A marca individualista e relativista da ética — se esse termo vale — de Kierkegaard, Nietzsche e Freud é a grande diferença entre o pensamento do século XVII e dos séculos XIX e XX, no que se refere à filosofia do homem.

A contradição entre instinto e intelecto, emoção e razão, irracional e racional é porém a preocupação comum entre os estóicos, Descartes, Spinoza, Pascal, Kierkegaard, Nietzsche, Freud, os existencialistas e alguns teóricos mais recentes no campo da ansiedade humana.

A renúncia à razão, preconizada pelo romantismo, é substituída pela seriedade e pela coragem na filosofia de Kierkegaard. A renúncia romântica, como a antiga resignação estóica, representa uma forma neurótica de libertação. Para Kierkegaard é libertação de algo e não liberdade para algo. A verdadeira liberdade não deriva da racionalização artificial da realidade mas da aceitação leal da ansiedade normal, inseparável da constante aventura de expansão da própria individualidade existencial. Essa expansão é o caminho do conhecimento verdadeiro e da perfeição ética.

O remédio contra a ansiedade é a aceitação corajosa e não-racionalizada da ansiedade normal, do risco do erro e da culpa. O único caminho para escapar da ansiedade neurótica é libertar-se dos sistemas racionalistas, das abstrações intelectuais e aceitar a incoerência entre o próprio conhecer, querer e agir; é aceitar a contradição entre a própria opção e a determinação irracional da ação ou da própria vontade. A coragem de enfrentar a contradição entre a própria razão e o instinto, entre a própria verdade e a verdade alheia é que liberta o Indivíduo da ansiedade neurótica. A ansiedade normal é a própria significação da existência pessoal: a ansiedade neurótica é a negação da existência.

Libertar-se é a coragem da contínua aventura em novas áreas do autoconhecimento e da responsabilidade de ser fiel ao próprio *Eu*.

A realização da existência individual, para Kierkegaard, envolve também a expansão do relacionamento do Indivíduo com os demais Indivíduos.

Furtar-se à comunicação com os outros para preservar a própria coerência é cercear e deformar a própria existência pessoal. O individualismo kierkegaardiano não é sinônimo de isolamento: a existência do Indivíduo implica a constante expansão das possibilidades pès-

soais — uma expansão que exige, *sempre,* a coragem do risco de errar e de ter que refazer o autoconhecimento, por efeito da ação sobre o mundo ou sobre os outros.

A aceitação do risco e a consciência da relatividade do conhecimento e das próprias opções implicam a admissão do irracional e do desconhecido como companheiros inseparáveis do homem e, de certo modo, como condições de seu aperfeiçoamento e realização.

As fontes tradicionais da ansiedade na filosofia: a contradição entre a razão e o irracional dentro do homem, a incerteza do futuro e do destino, a consciência da própria finitude e o medo da não-significação perdem, no pensamento de Kierkegaard e nas filosofias existencialistas que gerou, o caráter de problemas *preliminares* para a condução correta e feliz da própria existência — eles são as próprias condições da existência do homem como homem.

O gênio ético não é mais o homem que atinge o conhecimento perfeito, segue a razão, controla os instintos irracionais e não teme o futuro, a morte e a insignificação: o gênio ético é, para Kierkegaard, o homem que aceita conscientemente a incerteza, a sua própria contradição e o risco do erro no seu conhecimento e nas suas opções éticas, mas opta e busca realizar suas opções enquanto nelas crê como a forma melhor de realizar sua existência. É a realização deliberada da própria condição de "caniço que pensa".

"O gênio é o mais forte de todos na hora do perigo e a ansiedade assalta-o, um momento antes e um momento depois, nesse minuto temeroso em que deve dialogar com o Desconhecido supremo: o destino. Talvez a sua angústia culmine no momento depois, crescendo a impaciência da certeza intensamente à distância, pois há sempre cada vez mais a perder quanto mais se está perto da vitória..." (Kierkegaard, 1844).

"O gênio nunca é tão grande como na derrota que se inflige a si mesmo... Seu destino nunca lhe é imposto do exterior" (Kierkegaard, 1844).

A existência, enquanto inevitável aventura, não pode agarrar-se a um *ortos logos,* que remova a incerteza. Não há uma verdade que se impõe de fora. Há a verdade da opção leal e corajosa de cada Indivíduo.

Nesse ponto, é curioso observar quanto alguns escritos correntes na área da chamada psicologia (ou psicoterapia) existencial tentam transformar o pensamento de Kierkegaard num *ortos logos* para o homem de hoje. Na medida em que se pretende reduzir ou impedir a ansiedade através da aceitação de uma doutrina, essa tentativa é paradoxal, pois, nos termos do pensamento de Kierkegaard, constitui a

fuga da ansiedade normal e portanto uma forma de ansiedade patológica, neurótica.

A preocupação normativa de Kierkegaard em matéria ética se resume no apelo à lealdade e à coragem em cada opção e, por isso mesmo, sua filosofia não é, e lhe repugna ser, um sistema ou uma doutrina orgânica, estruturada. Por isso, derivar de Kierkegaard qualquer *técnica* psicoterápica é violentar seu pensamento. Já diversa é a *atitude* existencialista do terapeuta ou do paciente, gerada ou não pela leitura de Kierkegaard. Essa atitude, que se pode traduzir em *comportamentos* profissionais do terapeuta, pode, *enquanto comportamento,* ter efeitos sobre o paciente, como ocorre em qualquer relacionamento interpessoal.

A preocupação normativa é, em grande medida, incompatível com uma filosofia nascida do romantismo e de clara marca irracionalista, para além do mero anti-racionalismo romântico.

O próprio Nietzsche, a quem se atribuem "métodos" de controle do instinto, rejeita e condena qualquer moral normativa: sua moral é a que brota da reflexão crítica do indivíduo e que não se confunde — muito mais, é incompatível — com todo tipo de código normativo. Não há valor, estético ou ético, verdadeiro se não o que cada homem atribui às coisas e ações. A individuação kierkegaardiana, como fidelidade à opção individual, recebe de Nietzsche uma formulação mais clara: "O cerne da moral, segundo Nietzsche, é a reflexão crítica, ou seja, a autocrítica sobre as próprias intenções e ações, pois significa que o homem não é mais algemado por valores falsos e palavras ilusórias" (Giles, 1975).

Em matéria de moral o Indivíduo é soberano: os valores que ele atribui às ações são a moral.

Desse modo, Nietzsche acentua a responsabilidade individual em matéria ética, insistindo sobre a necessidade da autocrítica, dando maior clareza à "lealdade" das opções, propugnada por Kierkegaard.

A posição de Nietzsche, individualista e romântica, é também irracionalista: ela implica o reconhecimento da determinação instintiva do comportamento humano individual e, portanto, a rejeição de qualquer código geral ou *ortos logos* em matéria de moral. "Se a moral sempre consiste em não ceder aos impulsos e se os mandamentos da moral positiva sempre apregoam a vitória sobre os instintos animais", podemos adotar a posição aventureira e heróica da *opção leal* kierkegaardiana ou tentar metodicamente superar os impulsos.

Diversamente de Kierkegaard, para quem a condução da vida individual ou a ampliação da própria existência é um devir errático e aventuroso, Nietzsche admite uma direção constante no comporta-

mento do indivíduo: a *vontade de potência,* e é sobre esse princípio que se constrói a sua teoria moral.

No presente trabalho, importa notar que a filosofia de Nietzsche é uma retomada da preocupação com uma teoria moral libertadora do conflito racional-irracional, razão e instinto, reconhecido como uma fonte do sofrimento, da ansiedade humana. Essa procura de uma ética antiansiedade aparece, como vimos, na filosofia estóica e no pensamento de Spinoza sob a veste de uma teoria do conhecimento, tornando-se a certeza deste a garantia da serenidade do homem diante do irracional, do futuro e da própria significação.

Em Pascal, a certeza derivada da confiança na Razão Suprema ou na razão individual cede lugar à perplexidade e ao sentimento de impotência. Kierkegaard dá um passo além e faz da ansiedade (enquanto dúvida, contradição e incerteza) a companheira inseparável da autocriação do Indivíduo e a condição da sua afirmação existencial. Sua proposta ética é a da coragem da opção, oposta à coragem estóica da resignação, sendo ambas as formas de coragem entendidas como o remédio possível para a ansiedade derivada da impotência ante o instinto, o futuro, a insignificação.

Com Nietzsche o apelo à coragem recebe uma formulação nova em dois sentidos: ela não brota da mera aceitação das contradições do conhecimento e da vida humana, mas sim da crítica dos códigos morais impostos ao homem, através da História; e mais, a coragem não é a alternativa que resta ao homem, diante de sua impotência ante o cosmos e ante o irracional dentro de si mesmo, mas sim a forma mais perfeita de realização da existência individual.

A resignação diante da potência dos instintos ou impulsos é uma forma imperfeita e desumanizante de viver. A natureza do homem se realiza, continuamente, na busca de superação do mundo, do desconhecido e do irracional, na afirmação crescente de seu poder. A mola mestra do Indivíduo é a sua necessidade de sobrepujar o que o ameaça ou lhe transcende: é a "vontade de potência".

As contradições razão-impulso, a incerteza do futuro e da própria significação como fontes do sentimento de impotência e pequenez humana podem ser enfrentadas, através da afirmação da potência do Indivíduo: a ética de Nietzsche é, também, precipuamente uma ética antiansiedade, como a dos estóicos, a de Spinoza, a de Kierkegaard.

Nietzsche dá um passo além, na direção da Psicologia: ele formula uma teoria da motivação humana para o conhecimento e para a opção moral: o motivo-mestre é a vontade de potência e qualquer bloqueio dessa vontade ou, noutros termos, qualquer situação de impotência violenta a natureza do homem e lhe traz o desconforto da ansiedade.

A forma primária de obter potência, e que seria a realização acrítica dos impulsos irracionais, é uma forma ilusória de obter a satisfação da vontade de potência. Ilusória, porque o próprio êxito, em tal caso, defronta o homem com forças (irracionais) mais potentes do que ele: os impulsos (instintos), enquanto controlados, permitem ao homem perceber-se potente sobre eles. Quando, porém, os impulsos passam a dirigir a conduta humana entram em conflito com a motivação-mestra da vontade de potência.

Nietzsche chega então a formular o princípio da motivação inconsciente como fonte de incerteza e frustração. A serenidade depende da realização dos impulsos sob a condição de não lesar a vontade de potência. A realização adequada dos impulsos é, em Nietzsche, um problema ético fundamental, tratado em termos de uma avançada teoria da sublimação. Como se verá adiante, a preocupação clínica de Freud se resolverá de modo análogo e será a substituição do método ético de Nietzsche por um método clínico de harmonização entre o homem-razão e o homem-impulso ou instinto, visando, também, à eliminação da contradição entre a motivação para o controle racional do próprio comportamento e a potente determinação irracional (instintiva) do mesmo. A harmonia resultante é, para Nietzsche, a consistência entre a autocrítica e a ação, enquanto para Freud é a homeostase fisiológica, numa primeira abordagem, e a consistência entre o autoconceito e a ação, em formas ulteriores da sua teoria, exatamente de acordo com o programa (ético) de Nietzsche.

As doutrinas morais canônicas são, para Nietzsche, essencialmente imorais, já que violentam a natureza do homem sob o pretexto de libertá-lo ou aperfeiçoá-lo: a resignação, a modéstia, a prudência são, por exemplo, formas de deformação do Indivíduo. Sua verdadeira natureza é a da revolta, da afirmação de si mesmo sobre os outros e sobre as coisas. Assim, a parte "má" do homem, segundo as teorias morais dogmáticas ou codificadas, é, na verdade, o aspecto mais natural do homem.

O homem enquanto impulso irracional é mau, mas pode tornar-se o sábio, o santo, o herói na medida em que sua motivação para sobrepujar e dominar ou torturar é canalizada para a atividade criativa espiritual, a competição esportiva ou a argumentação dialética.

A sublimação é, para Nietzsche, o caminho para a realização da vontade de potência no âmbito da oposição razão-irracional (instinto), a via para a perfeição ética e a realização da própria natureza individual, ou seja, a felicidade.

De certo modo, Nietzsche concorda com Kierkegaard, enquanto a lealdade à opção ética é, para este, o caminho da perfeição e da

felicidade, para Nietzsche essa lealdade e essa opção têm uma explicação (ou uma origem) única: são formas de realização da vontade de poder.

Diz Giles (1975) a esse propósito: "Nada arruína mais profundamente, mais a fundo, do que o dever 'impessoal', pois não passa de um sacrifício ante o deus Moloch da abstração... Nietzsche considera bom tudo quanto no homem aumenta o sentimento do poder... e mau tudo o que procede da fraqueza. A felicidade será, portanto, o sentimento com que o poder se engrandece, com que se vence uma resistência: não o contentamento, senão mais poder; não a paz antes de tudo, senão a guerra; não a virtude, senão o valor".

À sina de ter que optar constantemente no devir contraditório da existência, e aceita em si mesma como a realidade da existência, conforme Kierkegaard, Nietzsche acresce uma motivação-mestra permanente, esta sim identificada com a realidade da existência individual: a vontade de potência.

Assim, o que faz do irracional (instinto), do futuro ou da insignificação as fontes permanentes da ansiedade humana é a ameaça que representam, de impedir a realização do motivo básico de toda opção ou ação humana: a busca do poder, a vontade de potência sobre o instinto, sobre o futuro, sobre os valores.

Nietzsche dá ênfase especial à ameaça ou ao desconforto efetivo que brota do conflito razão-e-impulso e sua teoria ética a esse respeito é praticamente uma teoria clínica antiansiedade.

Antes de expor resumidamente o pensamento de Nietzsche nessa área é conveniente lembrar que, à semelhança de Kierkegaard, ele considera a ansiedade provinda da contradição razão-impulsos como condição necessária da verdadeira realização da existência humana: também para Nietzsche a "inquietude" do homem e a sua necessidade de optar continuamente (de modo a aumentar sua potência) não é um destino negativo, mas uma condição positiva essencial para sua realização. Poderia ser dito que todo progresso do homem envolve uma ansiedade potencial, que é requisito normal de sua existência como Indivíduo, como se poderia afirmar a respeito do pensamento de Kierkegaard.

Para Kierkegaard a ansiedade patológica deriva do poupar-se dos riscos inerentes à ansiedade normal; para Nietzsche o patológico e o imoral praticamente se identificam e correspondem às distorções da vontade de potência, seja por supressão racional dos impulsos, seja por realização irracional, acrítica desses últimos.

Em ambos os tipos de distorção o aspecto patológico corresponde à fuga da convivência necessária, embora contraditória, entre razão e impulsos.

Nietzsche propõe alguns "métodos" de superação dos impulsos que são, a um tempo, meios de aperfeiçoamento ético e recursos de prevenção da psicopatologia ou, melhor, de esquiva da ansiedade patológica. De passagem, nota-se que os métodos de Nietzsche correspondem, de perto, a processos psicológicos que, em parte, antecipam alguns "mecanismos de defesa" freudianos. Nietzsche considera que entre os mais díspares impulsos há em comum o fato de serem todos eles formas naturais inconscientes do motivo básico, a vontade de potência. A própria fruição da potência, ou o poder, não requer "nenhum estado consciente ou sentimento". O valor supremo e fundamental de todo ato é o poder que dele resulta, independentemente de tal poder ser conscientemente sentido. Não é satisfatório nem correto qualquer valor moral consistente na fidelidade a qualquer código estabelecido. Nem mesmo o critério do prazer obtido por uma dada ação serve como discriminante entre bem e mal. O prazer é coextensivo com a consciência e não excede esse domínio, como acontece com o poder; por isso, o único critério de avaliação moral do bem é o poder. O prazer é, para Nietzsche, apenas um estado consciente que pode acompanhar, às vezes, a posse do poder.

Não há qualquer motivação consciente na vida humana real. A vida do homem é parte da natureza, como o são os animais e os vegetais, e portanto é dirigida permanentemente, como a árvore e o animal, por uma força de superação e de autotranscendência cuja realização é o bem moral. Desse modo, não há prazer sem potência nem impotência sem violentação da natureza, sem sofrimento.

Uma das tendências contemporâneas no campo da teoria da ansiedade é a de incluir como elemento típico dela a percepção de impotência em uma dada situação. Parece, pois, que Nietzsche antecipa, de quase um século, um tipo de enfoque científico da ansiedade.

A impotência diante da força dos impulsos repugna à natureza do homem e o coloca em conflito. O controle da violência do instinto é, pois, essencial para a felicidade e a perfeição.

Um primeiro recurso ou "método" consiste em evitar as ocasiões de satisfação do instinto, "subtrair-se aos motivos de satisfazê-los" (Giles, 1975), de modo a debilitá-lo através da abstenção. Tal abstenção, possível após repetidas esquivas, nem sempre é possível em primeira instância. Em tal caso, o segundo método facilita o acesso à abstenção: consiste em impor limites "através de uma regra severa de

modo a encerrar o fluxo ou refluxo dos impulsos em limites estáveis" (*Ibid.*).

Em termos modernos, valeria dizer que Nietzsche propõe um autotreinamento baseado na esquiva dos estímulos que desencadeiem os impulsos ou na regulação temporal das satisfações, "a fim de conseguir momentos em que não nos molestem" (*Ibid.*).

Há um terceiro método: abandonar-se deliberadamente à satisfação desenfreada do impulso até a saciação, o enjôo ou o nojo. Em termos correntes se diria: até que o impulso seja associado a conseqüências aversivas e possa então ser naturalmente enfraquecido. O mesmo efeito pode ser obtido pela associação de uma idéia penosa à idéia de satisfação do impulso até que, após repetidas associações, "com um pouco de hábito" a própria idéia de satisfação se torne penosa. Tal associação é o produto do quarto método.

Parece desnecessário, no presente trabalho, indicar a relação estreita dos métodos nietzschianos com procedimentos de treinamento operante, de um lado, e com mecanismos de defesa freudianos, de outro.

A semelhança com o pensamento freudiano é ainda mais clara com relação ao quinto método, que Giles (1975) assim resume: "Em quinto lugar busca-se uma deslocação das forças acumuladas" (do impulso), "obrigando-se a um trabalho qualquer, difícil e fatigante, ou então submetendo-se deliberadamente a novos atrativos e prazeres, a fim de dirigir, assim, para novos caminhos, os pensamentos e o jogo das forças físicas...". Este trecho parece resumir o conceito nietzschiano de sublimação. No entanto, tal conceito abrange todos os processos de superação do impulso, pois o sucesso do quinto método pode ser assegurado através dos quatro restantes e representa apenas o êxito pleno da sublimação.

Um sexto recurso, que Nietzsche menciona mas não considera natural, e sim uma violentação da natureza humana, é a opressão de "todo o organismo físico e psíquico" (Giles, 1975) tal como praticada pelos ascetas que matam a própria sensualidade, mas destroem com ela todo seu vigor e às vezes a própria razão. Aceitar a sufocação deliberada do instinto é, obviamente, a negação dele, o que, nos termos da filosofia de Nietzsche, representa a destruição da natureza humana.

A mola-mestra da vida psicológica é a vontade de potência, e um domínio dos impulsos que destrua também esse motivo básico é a própria desumanização. A perfeição e a felicidade não consistem na extirpação das paixões ou do instinto, mas sim no seu controle e sublimação. O controle pela razão é a mais alta manifestação da vontade de potência, pois assegura o crescimento contínuo do poder.

A sublimação não implica a destruição da natureza animal do homem, mas assegura que o homem animal seja glorificado e que amplie sua criação, seu poder.

A força irracional do instinto é uma fonte fundamental de impotência, já que somente a superação dela assegura ao homem o poder sobre si e conseqüentemente sobre as coisas e os outros. A relação instinto-impotência reaparecerá com clareza e vigor na abordagem freudiana da ansiedade.

A abordagem freudiana da ansiedade

O pensamento freudiano, no que concerne à teoria da ansiedade, é um bom exemplo de como as grandes sínteses filosóficas determinam o desenvolvimento cultural subseqüente "sob a forma de pressuposições inconscientes". De fato, é difícil não ver na teoria freudiana uma formulação clínica da moral de Nietzsche no que se refere aos impulsos.

Os principais elementos comuns entre Nietzsche e Freud são: o conceito de motivação inconsciente (por vezes a idéia do primado do inconsciente), a desarmonia entre razão e impulso como fonte de desconforto, as idéias de racionalização, deslocamento e sublimação como realização controlada ou derivativa dos impulsos. A elaboração sistemática dessas idéias em uma teoria da vida moral ou da psicopatologia humana constitui a contribuição teórica fundamental de Nietzsche e de Freud, respectivamente.

Mas, enquanto Nietzsche partira da crítica da moral, o ponto de partida de Freud foi a observação clínica, de uma perspectiva fisiológica.

O primeiro escrito de Freud sobre a ansiedade já revela esses aspectos de sua formação: trata-se de um memorando endereçado a Fliess em 1894, cinqüenta anos após *O Conceito de Angústia,* de Sören Kierkegaard. No memorando fica patente a formação neurológica de Freud e sua preocupação de encontrar uma explicação da ansiedade no quadro da fisiologia. No esboço enviado a W. Fliess aparece a tentativa de aplicar à psicopatologia o princípio de homeostase do sistema nervoso, preocupação freqüente nos escritos freudianos. Anteriormente, Freud trabalhara sobre a paralisia provocada por estimulação da medula oblongata e se entusiasmara também pelo princípio da constância de Fechner [1801-1887].

Nessa primeira abordagem, de cunho nitidamente organicista, a ansiedade é entendida por Freud como mera reação fisiológica ao excesso de excitação nervosa não descarregada. Freud atribui a essa ansiedade entendida como resposta somática uma característica que

terá importância em teorias ulteriores: a resposta é, basicamente, um feixe de respostas reflexas motoras, respiratórias e circulatórias. O efeito aversivo ou penoso de tais reações, embora tacitamente admitido ao nível de sensações, não faz parte da ansiedade: ela não tem qualquer conteúdo "psíquico".

Mecanicamente os elementos químico-fisiológicos da tensão sexual (ou de outro impulso) se descarregam em reações autonômicas. A ansiedade é a dissipação subcortical da excitação somática.

Como para Nietzsche o impulso não-satisfeito, reprimido, violenta a natureza do homem, para Freud a repressão do instinto violenta — nessa primeira abordagem — a harmonia orgânica. O orgasmo sexual interrompido ou frustrado produz as respostas reflexas que constituem a ansiedade. Em ambos os autores o processo é inconsciente; mas, enquanto para Nietzsche o impulso inclui energia e objeto de satisfação, para Freud — nesta obra — é mera energia que se descarrega.

É em 1895, na *Neurose de Angústia*, que Freud introduz de maneira vaga a idéia de objeto da libido enquanto energia, ao relacionar a ansiedade (ainda como síndrome orgânica) à percepção de perigos internos ou externos correspondentes a excitações sexuais.

Somente mais tarde, na *Interpretação dos Sonhos* (1900) e em trabalhos sobre o inconsciente, é que se formulará a noção da ansiedade como *sinal* de perigo. Tendo partido da idéia da ansiedade como síndrome de reflexos e da preocupação de explicá-la fisiologicamente, Freud de início distanciou-se das concepções filosóficas, de cunho obviamente afetivo-cognitivista, nas quais a ansiedade era basicamente o sentimento de medo ou de impotência diante da morte, do futuro (das coisas) e da insignificação pessoal. É por volta de 1917 que se inicia a transformação do pensamento freudiano no sentido de compreender na definição de ansiedade os conteúdos afetivos ou cognitivos que preocupavam os estóicos, Spinoza, Pascal, Kierkegaard e Nietzsche. Curiosamente essa transformação parte de observações sobre as relações entre o medo e a ansiedade (1920).

A transformação começa em *A General Introduction to Psychoanalysis*, de 1920, e em *New Introductory Lectures*, reunindo o conteúdo da aulas dadas na Universidade de Viena em três semestres, de 1915 a 1917. É nessa obra que a ansiedade ganha o caráter patológico (e clínico) que se manterá em várias abordagens ulteriores.

É também nessa obra de 1920 que o pensamento freudiano revela sua característica irracionalista, embora não anti-racionalista, e as influências do pensamento romântico-evolucionista que em Nietzsche, dada a sua preocupação ética, resultaria numa teoria moral baseada na vontade de potência como valor máximo e que em Freud,

dada a sua preocupação clínica e sua formação em fisiologia, resultou na teoria psicanalítica.

O traço irracionalista é talvez o que mais distingue o pensamento freudiano, no qual May (1950) vê a redescoberta da "dinâmica reprimida do irracional"; a teoria da motivação inconsciente é a formulação sistemática do primado da emoção ou do instinto sobre a razão, como antevira Pascal.

É uma afirmação da determinação inexorável do irracional sobre a vida do homem, que coloca a razão como um instrumento precário de direção do instinto ou impulso.

Entretanto, como já se disse, essa redescoberta da dinâmica do irracional e do seu primado na motivação humana nos parece discutível. A rigor, Pascal, Kierkegaard e principalmente Nietzsche haviam deixado bastante óbvia a idéia da determinação inconsciente das sensações e ações humanas. De Freud é, inegavelmente, o mérito de haver proposto uma teoria do *mecanismo* das relações dinâmicas instinto-razão. O método psicanalítico é a resultante lógica dessa teoria, embora a elaboração do método e da teoria tenham sido processos paralelos e reciprocamente determinados.

Na formulação de 1920, Freud mantém seu apego ao modelo fisiológico da constância homeostática das energias orgânicas, para explicar a ansiedade. Assim se mantém o princípio da libido desviada: uma vez que o orgasmo é a perfeita descarga de um impulso e como tal a consumação de uma atividade vital do organismo, o impedimento ou interrupção dessa descarga deveria produzir alterações orgânicas significativas, tais como reações autonômicas circulatórias, motoras e outras. Até esse ponto a explicação é mecanicista e não implica nada de irracional.

É na inoportunidade ou impropriedade funcional daquelas reações autonômicas que Freud encontra o irracional: as reações orgânicas da ansiedade são análogas às do medo; e como o medo se refere sempre a um objeto aversivo ou ameaçador, aquelas reações são totalmente aberrantes quando não referidas a algum objeto ou quando desproporcionais à gravidade da ameaça e representam assim uma forma inadequada, neurótica, de resposta. Esse aspecto patológico atribuído à ansiedade reflete a perspectiva determinista do pensamento freudiano, que nos aparece já em 1920 como determinista-irracionalista. (E é por esse determinismo que Freud não pode ser entendido como anti-racionalista.)

A reação ansiosa pode ser objetiva e, neste caso, é equivalente ao medo ou pode não ser objetiva e então é neurótica. A ansiedade objetiva é, em outros termos, a síndrome de ativação, pois é a preparação para a fuga ou a defesa diante da percepção de um perigo ex-

terno presente ou diante de uma situação punitiva esperada ou prevista, futura, portanto.

É evidente o parentesco entre essa proposição e alguns arranjos experimentais para o estudo da ansiedade. Tais paradigmas, porém, nem sempre incluem os outros elementos da proposição freudiana. Para Freud a ansiedade pode ocorrer ou não, dependendo da experiência anterior (do conhecimento da natureza aversiva de um evento ou objeto presente ou futuro) e, mais, do sentimento maior ou menor de poder sobre o mundo externo. Alguns modelos experimentais incluem o treino anterior como uma variável, mas não o sentimento de poder. E, o que é importante, tais modelos, como o de Estes e Skinner (1941), são modelos de ansiedade, enquanto para Freud as condições mencionadas referem-se à ansiedade objetiva, ou seja, o medo.

O sentimento de poder ou de impotência, que aqui aparece como condição determinante da reação ansiosa, reaparecerá em escritos ulteriores de Freud como um componente essencial da própria ansiedade, numa concepção que lembra claramente a idéia nietzschiana da vontade de potência.

É através da experiência anterior e do sentimento de poder que a ansiedade objetiva deixa de ser mera resposta fisiológica e se torna um processo de ajustamento, um comportamento. Essas duas condições (ou variáveis, na terminologia experimentalista) resultam em uma resposta emocional e uma resposta motora. Nos termos freudianos, a ansiedade objetiva implica o sentimento de medo (que existe ou não com maior ou menor intensidade, dependendo da generalização de experiência anterior punitiva e do sentimento de poder) e a ação defensiva. É nessa acepção que Freud admite a ansiedade objetiva como preparação orgânica para o perigo.

Existe, nessa concepção, a idéia de avaliação da ameaça que é, em abordagens recentes, um componente essencial da ansiedade. Se a avaliação cognitiva é prejudicada ou impedida, não há o sentimento de poder e em conseqüência pode ocorrer o sentimento do medo, acompanhado não pela ação defensiva, mas pelo descontrole ou paralisação da ação. Nesse caso temos o pavor (*dread*). Para Freud, pois, a distinção entre ansiedade objetiva (medo) e pânico se faz com base no tipo de comportamento resultante de um preciso sistema de condições antecedentes.

Temos então uma situação na qual há algum aspecto (ou estímulo) em comum com situações punitivas anteriores. Diante dela podem ocorrer respostas autonômicas de preparação para a defesa, cuja ocorrência e intensidade dependerão de a pessoa sentir-se com poder ou sem poder sobre a situação. Se o aspecto (ou estímulo) em

questão produz o sentimento de medo, mas não há sentimento de poder, as respostas autonômicas ocorrem, mas de modo a impedir um desempenho funcional defensivo (*expedient*).

Essa formulação do pensamento freudiano lembra o paradigma de Schoenfeld (1950) sobre a ansiedade experimental se se desconsidera a referência ao sentimento de poder, embora verse o medo (*dread*), na obra de Freud. Como se verá mais adiante, Schoenfeld entenderá a ansiedade experimental como o comprometimento do desempenho operante, concomitante com a síndrome de ativação autonômica, esta diretamente gerada por um estímulo, sinal de dano.

Para a nossa análise importa notar aqui que o sentimento de poder é condição decisiva para distinguir dois efeitos comportamentais da ansiedade (como estado fisiológico): a defesa ou fuga e a paralisação ou descontrole do desempenho.

É também importante ressaltar que o parentesco entre a abordagem experimental e as formulações de Freud é mais claro e mais amplo quando se considera a ansiedade normal, freudiana, do que quando se leva em conta o conceito freudiano de ansiedade neurótica.

Tomada como reação reflexa preparatória para a defesa, a ansiedade freudiana revela uma clara derivação darwiniana e essa marca evolucionista reaparece na concepção de ansiedade neurótica, entendida como sinal de perigo e, portanto, como recurso precioso para assegurar a sobrevivência (biológica).

O termo *neurótica* ou *patológica* designa um tipo de conseqüência do estado fisiológico de preparação, em outros termos, da síndrome de ativação. Essa conseqüência é o bloqueio das respostas de fuga ou defesa; o que ocorre quando, dadas as demais condições antecedentes, não se faz presente o sentimento de poder diante do perigo presente ou esperado. O impedimento de uma ação funcional (*expedient*) pode dever-se a uma avaliação incorreta da situação ou à experiência anterior de impotência diante de situações ameaçadoras.

O que contemporaneamente se designa, em várias concepções, como ansiedade não corresponde à "ansiedade" freudiana de 1920 e sim ao que nessa obra Freud chamou de "desenvolvimento da ansiedade": "A *prontidão ansiosa* parece-me ser o elemento expediente, e o *desenvolvimento* da ansiedade o elemento inexpediente, naquilo a que chamamos ansiedade ou temor" (*dread*).

A ansiedade neurótica é basicamente o desenvolvimento da preparação orgânica, reflexa ou instintiva. Aqui se deve lembrar uma idéia corrente: a de que a ansiedade é patológica porque implica uma ativação inoportuna; a síndrome de ativação seria funcional, expediente, diante de um perigo real ou próximo e seria patológica, não-funcional, quando tal perigo fosse imaginário ou remoto ou suspeitado.

Para Freud, o que deve ser inoportuno ou desproporcional não é propriamente a ativação orgânica, mas sim o *desenvolvimento* dela.

Para relacionar a teoria freudiana com outras abordagens é importante, pois, especificar o significado de *desenvolvimento*, na obra freudiana de 1920: é um processo temporal que inclui alterações orgânicas, a percepção delas e estados afetivos resultantes de experiências anteriores. A ativação orgânica pode ser percebida pelo organismo sem que haja o *desenvolvimento* da ansiedade: é a conotação afetiva dessa percepção que constitui a condição essencial para que exista a ansiedade. Ora, essa conotação afetiva tem dois aspectos: primeiro, a sensação de desconforto ou dor e, segundo, o caráter de revivência de situação anterior. Em resumo, a percepção da ativação orgânica como uma condição penosa, aversiva, é um elemento essencial "do que chamamos ansiedade...", mas não é suficiente. Existirá ansiedade se tal sensação penosa tiver o caráter de revivência de uma experiência traumática anterior.

A concepção freudiana implica então a associação da situação presente com uma anterior, mas tal associação não é cognitiva e, sim, afetiva. Importa que o afeto presente seja revivência de um afeto ocorrido anteriormente, diante da sensação penosa das alterações orgânicas da ativação. Aqui reside um ponto de divergência entre o paradigma de Schoenfeld (1950) e a teoria de Freud (1920): não é suficiente que um estímulo presente tenha sido associado a sensações penosas no passado; é preciso que a sensação aversiva atual seja uma revivência de sensação penosa passada.

Com base no que se expôs até aqui, uma formulação provisória do conceito freudiano, em termos correntes, poderia ser a seguinte: uma dada situação provoca a preparação orgânica ou síndrome de ativação, que se traduz em sensações penosas, aversivas, com caráter de revivência de sensações semelhantes ocorridas no passado. Esse processo afetivo pode perturbar ou impedir um desempenho funcional sobre o ambiente, dependendo do maior ou menor "sentimento de poder", resultante da experiência anterior da pessoa.

O que não fica claro nessa formulação é a possível relação causal entre o processo afetivo e o sentimento de poder. O primeiro depende do segundo ou a relação é inversa? Ora, o processo afetivo é basicamente a instauração do medo e, enquanto tal, como esclarece Freud (1920, p. 401 e 403), depende do sentimento de poder em relação ao mundo externo: o selvagem teme um eclipse do sol, mas o homem civilizado não sentirá qualquer temor na mesma situação.

Então, o que permite a instalação do estado afetivo ansioso é fundamentalmente o sentimento maior ou menor de poder sobre as coisas. O sentimento de impotência mais uma vez é admitido como

condição essencial para a ansiedade, como haviam pensado Nietzsche e, antes dele, Kierkegaard e Pascal.

O sentimento de impotência depende das características da situação em que ocorre a ativação e das experiências anteriores da pessoa. Nesse ponto de seu escrito Freud faz uma digressão que visa a estabelecer a experiência traumática primitiva e universal que seria revivida no *desenvolvimento* da ansiedade. Tal digressão que leva à idéia discutível — também para Freud — do trauma do nascimento, não nos interessa neste trabalho senão como evidência de uma preocupação evolucionista no pensamento freudiano, a qual, de resto, aparece com freqüência em seus escritos, e como exemplo de um aspecto racionalista no método de Freud: a hipótese do trauma primitivo do nascimento representa um *"tour de force"* para manter uma lógica interna no sistema teórico, após firmada a premissa da revivência de situação anterior.

Uma primeira forma de ansiedade é chamada difusa ou *free-floating*, e Freud a caracteriza como o "temor pronto a apegar-se a qualquer pensamento... afetando julgamentos e induzindo expectativas..."; é uma condição chamada temor expectante ou expectativa ansiosa; trata-se de uma condição altamente aversiva, "um tormento" no qual a pessoa antecipa sempre os piores resultados e atribui a qualquer incerteza o pior significado. Esse medo constante implica um limiar baixo de ativação, a ponto de ser considerado por Freud como um traço de caráter de muitas pessoas.

Ora, o elemento desencadeador da ansiedade é, para Freud, o perigo percebido em alguma situação, quer se trate da ansiedade difusa, das fobias ou do ataque de ansiedade. O perigo não é a desgraça ou a catástrofe: é o sinal de desgraça iminente, de catástrofe por vir. Qual é então o perigo desencadeador da ansiedade difusa? Freud não esclarece muito a questão na obra de 1920 e apresenta uma resposta esquemática: a ansiedade neurótica, em qualquer tipo, é resultante de um perigo interno enquanto a ansiedade objetiva responde a um perigo externo.

Nessa época não era fácil a Freud perceber que a perda do sentimento de poder pudesse representar uma desgraça e que, portanto, uma história de impotências poderia transformar qualquer condição ambiental em um sinal de desgraça iminente, ou seja, em um perigo. Mais, a idéia de que a ansiedade deveria incluir-se no modelo mecanicista da constância de energia determinava ainda poderosamente o pensamento de Freud e levara a uma explicação coerente — a da transformação da libido bloqueada em respostas autonômicas. Conseqüentemente, o perigo (interno) na ansiedade neurótica deveria ser a exigência de satisfação da libido reprimida.

É fácil perceber aqui o gérmen nietzschiano da potência dos impulsos como condição natural do homem, pronto para desabrochar numa teoria da derivação do impulso para formas de realização sublimadas.

Então a ansiedade difusa pode entender-se como ativação autonômica devida a um elemento eliciador mais ou menos permanente, e que não se situa em aspectos perceptuais do ambiente, mas no interior da pessoa. O impulso ou, por exemplo, a libido sexual reprimida mas viva e exigente é a própria precariedade do controle racional e, nesse sentido, a própria falência do "sentimento de poder", a impotência. Conseqüentemente, a ativação orgânica se desenvolve em ansiedade através da percepção aversiva dela mesma e da revivência de situações anteriores de impotência diante da ativação autonômica.

A ansiedade difusa, ao contrário dos outros dois tipos mencionados por Freud, é a própria formulação clínica de um tipo de ansiedade recorrente na tradição filosófica: a impotência diante dos impulsos irracionais, que aparece sob maior ou menor luz em trabalhos de Spinoza, Pascal, Kierkegaard e Nietzsche.

Entretanto, para Freud, a ameaça ao sentimento de poder, ou o perigo de impotência, não foi incorporada claramente à explicação da ansiedade neurótica, não obstante seu conhecimento da obra de Nietzsche, para quem, preservar e ampliar a vontade de potência era o motivo básico e único do comportamento humano.

A ansiedade episódica, não crônica, é formulada por Freud como fobia. Os três tipos de fobia designam diferentes formas de inadequação do comportamento a condições ambientais ou perigos. Tal inadequação pode consistir na desproporção entre o perigo e a reação do organismo ou no caráter aberrante dessa relação, entendida como estranha à norma da espécie.

Os tipos de fobia são três: no primeiro a ativação, seu desenvolvimento afetivo e suas conseqüências sobre o desempenho da pessoa formam uma seqüência que se inicia com a defrontação com um perigo real. A idéia de perigo real designa a percepção de um objeto cuja conexão com uma condição aversiva é real e constante. O temor à vista de uma fera solta exemplifica uma situação desse tipo e que seria de ansiedade normal ou objetiva, não fora o desenvolvimento exagerado da ativação. A resposta desproporcional é que caracteriza como patológica essa classe de ansiedade.

No segundo tipo de fobia o objeto cuja percepção desencadeia a ansiedade tem também uma conexão real com um efeito aversivo, mas tal conexão é fortuita e não permanente. Um exemplo seria o temor (e seus efeitos comportamentais) de acidentes com veículos

de transporte. A iminência de uma viagem de avião geraria a seqüência de eventos chamada ansiedade.

O terceiro tipo de fobia resulta da percepção de objetos cuja conexão com uma condição aversiva não existe no nível da natureza, mas resulta de experiências específicas de um indivíduo. Desse modo, a visão de uma borboleta ou de uma flor poderia desencadear o processo de ansiedade neurótica.

Nos três tipos apresentados o comprometimento do desempenho e a natureza dos componentes do processo da ansiedade podem ser os mesmos. O que varia é o tipo de função do objeto desencadeador. Existe uma relação entre a seqüência de eventos psicofisiológicos que compõem a ansiedade e um evento desencadeador que é funcionalmente diverso em cada tipo de fobia, mesmo que fosse idêntico no plano da descrição objetiva.

A teoria freudiana reconhece que essa diferença funcional resulta da diversidade na experiência anterior.

A condição aversiva ou penosa pode haver ocorrido na presença de objetos de vários tipos, cuja probabilidade natural de acompanhar-se de dor ou desconforto pode ser permanente, rara ou meramente aleatória. À primeira vista poder-se-ia deduzir que a teoria freudiana neste ponto apenas distingue diferentes histórias de associação entre objeto e punição. Mas esta dedução considera apenas a mecânica da produção da ansiedade: deve-se recordar que em cada tipo de fobia Freud supõe o desenvolvimento da ativação orgânica (percebida como aversiva) em um estado afetivo de revivência de situação penosa anterior. A verdadeira história anterior não é a de diferentes arranjos (ou pareamentos) das condições ambientais, mas a das associações entre percepção da ativação como penosa, de um lado, e experiência de temor (implicando a ausência do sentimento de poder), de outro.

A fobia diante de uma borboleta pode ocorrer regularmente mas a função desencadeadora que tal objeto adquiriu pode dever-se a uma associação totalmente casual com o sentimento de impotência. A idéia de viajar de trem ou avião gera a ansiedade porque, na história anterior da pessoa, algumas vezes tal idéia resultou na ativação e no seu desenvolvimento afetivo (implicando o sentimento de impotência), mesmo que noutras ocasiões tal conexão não haja ocorrido. Os diferentes objetos geradores da ansiedade adquirem e exercem tal função independentemente da freqüência com que foram associados com eventos punitivos.

A classificação freudiana das fobias desperta uma outra consideração: pelo menos nos dois últimos tipos é clara a idéia de distorção na percepção como um conteúdo do episódio ansioso. O objeto é

percebido como perigoso (sinal de situação penosa) independentemente de sua conexão funcional ou causal com um efeito aversivo. Existe uma "avaliação da ameaça", como sustentarão mais tarde Lazarus (1966) e outros.

Em resumo, as fobias são formas de ansiedade que resultam em distúrbio do desempenho funcional numa situação percebida como sinal de dano (ou perigo) e é por isso entendida como patológica, neurótica. Essas formas de ansiedade implicam a instauração do afeto de medo, cuja ocorrência é função direta da freqüência com que a ativação, diante da mesma classe de objetos, foi desacompanhada de sentimento de poder, na história pregressa.

O terceiro tipo de ansiedade neurótica "nos conduz a um enigma". É o "ataque de ansiedade" no qual não é visível qualquer conexão entre o perigo temido e a ansiedade. Ocorrem todas as manifestações orgânicas da ansiedade sem que haja qualquer conexão com um objeto preciso.

A solução do enigma, teoricamente precária segundo o mesmo Freud, é totalmente alicerçada em observações clínicas: as seqüelas da frustração do orgasmo, os processos ideacionais na histeria e a formação de sintomas nos casos de obsessão. Toda forma de repressão da libido ou de qualquer afeto ou mesmo da representação ideacional deste se traduz em ansiedade.

Aqui se entende por ansiedade o estado orgânico de ativação, mas não o desenvolvimento (afetivo) da ansiedade: este, por ser penoso, é evitado através dos mais diversos tipos de comportamento cujo único aspecto funcional é impedir a instauração do medo. Entre tais comportamentos ou sintomas estão os atos obsessivos e as próprias manifestações somáticas do ataque de ânsia (Freud, 1920, p. 408). Essas hipóteses poderiam conduzir a explicar por que pode ocorrer uma forma de ansiedade, sem um objeto de temor identificado, quer pelo analista quer pelo paciente. Entretanto, onde há ansiedade há o sentimento de temor e onde há temor há algo que causa medo. Qual é então a condição aversiva temida nas fobias, na ansiedade difusa e no ataque de ansiedade?

A solução freudiana a este problema se insere na linha-mestra da teoria da libido. A formação de sintomas é uma tentativa do ego de fugir às exigências da libido. A mera excitação libidinal não gera ansiedade: esta ocorre quando a excitação é reprimida, quer como processo fisiológico, quer como idéia, quer como afeto ligado a esta idéia. É evidente, aqui, a velha idéia filosófica da ameaça da natureza instintiva, irracional, do homem. O "perigo interno" freudiano lembra a força dos impulsos de Nietzsche, a contradição razão-irracional de Kierkegaard e Pascal e a força das paixões segundo Spinoza

e os estóicos, embora Freud o formule no quadro de uma teoria psicológica, sem preocupações ontológicas ou éticas.

Freud propõe então a idéia de que a ansiedade passa a funcionar ela mesma como sinal de condição penosa iminente, como um perigo interno, "...e chegamos à conclusão de que a criança, e depois o adulto, experimenta um medo da força de sua libido".

Ora, o objeto temido, também na fobia, qualquer que seja o tipo desta, é a força da libido reprimida; então um animal ou uma palavra pode gerar ansiedade graças à sua associação precedente com a repressão da libido. O evento punitivo atual é, portanto, a revivência do medo da força da libido.

Não nos parece forçada, neste ponto, a afirmação de que para Freud o elemento crucial no desenvolvimento da ansiedade é o risco de que a segurança obtida pelos comportamentos-sintomas venha a falir diante da potência dos impulsos. A ansiedade é então a sensação de impotência diante dos instintos.

A teoria freudiana da ansiedade foi reformulada na obra *Inibição, Sintoma e Angústia*, escrita em 1925, revista em dezembro do mesmo ano e publicada em fevereiro de 1926. O trabalho é uma difícil unificação de escritos e idéias originalmente esparsos. Nessa obra Freud mantém alguns aspectos da teoria de 1920 e altera outros. Uma diferença é a mudança geral da ênfase do pensamento freudiano, pois no texto de 1926 o interesse maior é sobre os efeitos neuróticos da ansiedade ao invés de sobre sua conceituação teórica ou sobre mecanismos de sua produção e desenvolvimento.

A nova teoria conserva o princípio da libido reprimida como o perigo interno temido na ansiedade neurótica, embora o conceito sofra uma extensa reelaboração, baseada no progresso da experiência clínica de Freud, entre 1920 e 1925. Uma reelaboração vigorosa, de segura orientação psicodinâmica, na qual a busca de uma fundamentação fisiológica do conceito de libido em termos de homeostase do sistema nervoso é transcurada.

As relações entre medo e ansiedade são reiteradas em 1926: a ansiedade objetiva é a resposta a um perigo externo e a ansiedade neurótica responde a um perigo interno, à maneira do que se dizia na obra de 1920. Contudo, em 1926, a ansiedade é definida mais claramente como um *sinal* de perigo interno. Nesta obra a teoria é mais sistemática: versa primeiro a estrutura e origem da ansiedade e, depois, suas funções.

Quanto à estrutura, trata-se de um estado com caráter específico de desprazer e que inclui inervações e descargas motoras, bem como a percepção dessas. A ansiedade se baseia num incremento de excitação o qual produz o caráter de desprazer e o seu alívio através de

descargas motoras. Nessa estrutura há uma ligação entre sensação de desprazer e as inervações e descargas motoras e cuja natureza constitui a própria essência da ansiedade. A gênese da ansiedade exige um elemento histórico a acrescentar à estrutura fisiológica. "Somos tentados a admitir um momento histórico que liga estreitamente as sensações e inervações da angústia. Noutras palavras, que o estado de angústia seja a reprodução de um evento que contém as condições de um semelhante aumento de estimulação e da descarga através de vias determinadas e que através disso, portanto, o desprazer da angústia receba o seu caráter específico" (1951, p. 72).

É a história precedente na qual ativação e aversividade foram associadas num processo de percepção que determina o desprazer típico da ansiedade presente.

Até este ponto, como se vê, a teoria difere pouco da formulação de 1920, embora seja mais clara e segura a redação de 1926. Mantém-se, por outro lado, em essência, a preocupação de encaixar a teoria no quadro do princípio de constância homeostática, e a marca evolucionista do pensamento freudiano, principalmente na discussão da função biológica da ansiedade oriunda do trauma do nascimento.

Enquanto a ativação fisiológica — e a conseqüente ansiedade — desempenhava uma função de sobrevivência na ocasião do parto, passa a ser inadequada quando a pessoa responde a uma situação de perigo atual com a reação apropriada ao perigo primitivo. "A adequação reaparece quando ao ser conhecida a proximidade da situação perigosa, sinalizada pelo surgimento da angústia, aquela pode então ser liquidada com meios apropriados" (1926, p. 74).

Merecem comentário alguns aspectos dessa citação: a angústia, ou ansiedade desenvolvida, tem uma função biológica, não enquanto processo orgânico percebido como aversivo, mas enquanto sinal de proximidade de situação potencialmente penosa, aversiva. É por isso que se deve distinguir a ansiedade como "fenômeno automático" e como "sinal salvador". E "em ambos os sentidos a ansiedade é o produto da impotência psíquica" (1959, p. 276).

Freud abandona a esse ponto a idéia de que a ansiedade "apareça sempre de modo automático", como pensava em 1920, para aceitá-la agora como um "sinal intencional do ego" que a torna independente de qualquer relação econômica. Pode parecer que a idéia de repressão da libido como causa da ansiedade é abandonada. No entanto, ela é apenas reformulada em termos de um "aumento da tensão da necessidade", sexual ou não, "contra a qual" a pessoa é impotente. A libido reprimida é causa da ansiedade enquanto aumento da necessidade. O perigo interno temido é o da insatisfação. Se diante de tal perigo a pessoa se sente impotente, ocorre a ansiedade. Com essa formulação

Freud abrange a ansiedade neurótica no recém-nascido, no lactente, na criança e no adulto. O que se teme é o aumento da necessidade, sexual ou não. Se a esse medo acompanha o sentimento de impotência física ou psíquica, instala-se o episódio de ansiedade neurótica.

São numerosos os pontos em que Freud insiste sobre o sistema necessidade-impotência como o núcleo da ansiedade.

Uma mudança súbita na motivação, acompanhada do sentimento de impotência de satisfazê-la, é a condição básica da ansiedade. Os perigos internos mudam ao longo da vida, mas constituem sempre um "aumento de necessidade", quer se trate da perda do objeto, o medo da castração, o medo do superego ou o medo da morte e do destino.

Desse modo Freud aponta um mecanismo psicológico único para os tipos de inquietudes, ansiedades ou temores que haviam ocupado os filósofos estóicos, Spinoza, Kierkegaard e Nietzsche, para os quais as formas fundamentais de ansiedade eram a perda de controle do instinto ou das paixões, a incerteza do futuro (antecipação de pena ou de perda) e a insegurança ante a finitude, a morte, o não-ser ou a insignificação.

Tratar-se-ia, segundo a visão freudiana, de diferentes tensões de necessidades ante as quais o homem se encontra impotente. E são necessidades enquanto expressões de um instinto básico, não necessariamente sexual, que Nietzsche definia como a "vontade de potência". A esse propósito convém notar que, na teoria de 1926, Freud deixa bem claro, bem mais que no texto de 1920, que a ansiedade neurótica é, em última análise, uma espera de situação de impotência. É, pois, uma reação à ameaça de impotência.

Essa idéia aparece com freqüência em *Inibição, Sintoma e Angústia*, principalmente no apêndice, em que Freud condensa uma revisão dessa obra, no que toca à ansiedade (é sabido que a unificação do material nesse texto foi uma tarefa árdua).

Nesse apêndice, a ansiedade é entendida como um "afeto que possui relação inegável com a *espera;* é a angústia *antes* de alguma coisa. Tem um caráter de *indeterminação* e de *falta de objeto*". Não é reação a um objeto realmente aversivo ou sinalizador preciso de um dano real iminente, mas uma resposta a um perigo. Ora, "o significado da situação de perigo é a avaliação da nossa força defronte à sua grandeza, a admissão da nossa impotência contra ela" (1926, p. 106).

O trauma é a vivência da impotência em uma situação e então a situação de perigo é a de espera de situação traumática, ou seja, a presença de uma condição que assinala a iminência de nova experiência de impotência.

Examinando a evolução do conceito de ansiedade (ou angústia) segundo Freud, nota-se que o sentimento de impotência evolui gradativamente na elaboração teórica, passando de elemento modulador da sensação de medo na versão de 1920, a uma condição que assegura a aversividade da percepção da ativação fisiológica, a elemento de conexão entre a sensação penosa presente e o trauma anterior, a condição essencial para a existência do trauma, e daí a significar a própria essência da ansiedade. A ansiedade é fundamentalmente, no apêndice de 1926, a sensação penosa ante a ameaça de impotência ou, em outros termos, a percepção da própria impotência ante a iminência de uma situação análoga a alguma outra em que tal percepção ocorreu, no passado.

A ansiedade segundo a análise experimental do comportamento

O desenvolvimento do comportamentismo, como um conjunto de princípios explanatórios ou como método de conhecimento, é explicado simplesmente: "the analysis works", por Skinner (1966), numa indisfarçável profissão de fé positivista. É pragmatista, num sentido distante do pragmatismo de W. James, em que a vivência era uma das condições da verdade individual.

O positivismo como forma metodológica extremada do determinismo filosófico conduziu, como é sabido, à minimização e até à supressão dos fenômenos afetivos como objeto de estudo. E outras condições histórico-culturais, que não cabe neste trabalho explicar, levaram ao nascimento do comportamentismo americano. Com ele, os fatos de consciência, a experiência subjetiva, o conteúdo afetivo das emoções, de par com seu método eletivo de estudo, a introspecção, passaram a ser objeto de crítica epistemológica, metodológica e teórica.

The Behavior of Organisms de Skinner (1938) corporifica o ataque metodológico a qualquer voluntarismo ou subjetivismo em psicologia: o comportamento voluntário não existe, não há opções pessoais, os conceitos são condicionados, as emoções são produto de controle externo, as idéias são modeladas por controles exercidos pelo ambiente. O homem, com suas emoções e experiências, é um repertório de comportamentos. Há lugar para o conceito de ansiedade num tal sistema de princípios? Sim, desde que a ansiedade seja definida a partir desses mesmos princípios e desde que se exclua do termo qualquer significado não verificável pelo método que os mesmos princípios legitimam. A ansiedade segundo o condicionamento operante é uma correlação observada entre uma certa operação (experimental) e determinados efeitos resultantes sobre alguma propriedade do comportamento.

O estudo pioneiro consistia, inicialmente, em treinar animais a pressionar uma barra de modo a que algumas pressões, a intervalos

de tempo, fossem reforçadas pela apresentação de uma gota de água. Nessa situação a freqüência de respostas é relativamente constante. A esse desempenho de linha de base sobrevinha uma operação experimental que consistia em apresentar um som que após alguns minutos terminava com a apresentação de um choque elétrico às patas do animal experimental. Com o prosseguir do treino a mera apresentação do som passava a produzir, gradualmente, um efeito típico: a supressão de respostas à barra, durante o som, chamado estímulo aviso, ou S1; após o choque, inevitável (S2), o animal retomava o ritmo normal de pressões à barra.

Esse resultado básico poderia ser interpretado como efeito de uma antecipação de punição acompanhada por reflexos autonômicos de ativação dado o caráter de alarme ou emergência, de que a situação parece revestir-se.

Segundo Estes e Skinner (1941), a ansiedade tem pelo menos duas características que a definem: 1. é um estado emocional, que se assemelha, até certo ponto, ao medo, e 2. o estímulo perturbador... é "antecipado no futuro". Essa definição contradiz o que se disse acima: fala de um estado emocional, de medo, de antecipação, de futuro; são termos que parecem carregados de subjetivismo. Mas a contradição é aparente; as proposições 1. e 2. são definidas: o estímulo perturbador é um estímulo presente (S_1), que no passado foi associado a outro (S_2); não é a ocorrência futura de S_2 que produz a reação, mas sim o estímulo presente, S_1. Além disso, o "estado emocional" é entendido, de um lado, como *reação* (seja de efetores autonômicos ou de músculos esqueletais) e, de outro, como efeito sobre a força de certos comportamentos, medida em freqüência destes por unidade de tempo.

Fica excluída, por Estes e Skinner (1941), qualquer experiência subjetiva de medo, qualquer antecipação ou expectativa e, também, (por razões de preferência metodológica), qualquer processo de percepção de alterações fisiológicas. O dado que revelaria a ansiedade é a alteração da freqüência de um comportamento arbitrariamente escolhido (por razões técnicas de quantificação). E tal alteração é observada a partir de dados médios de grupos de sujeitos experimentais. O que resulta então é uma ansiedade média, sinônimo de alterações médias de um comportamento instrumental, como efeito de um certo arranjo experimental.

É difícil aceitar tal abordagem como exemplo de uma conceituação de ansiedade. O método impõe a definição. É bem verdade que tal formulação é dos primeiros anos da análise experimental do comportamento, mas é também verdade que, até o presente, o enfoque comportamentista da ansiedade é preponderantemente calcado por in-

teiro no modelo experimental de Estes e Skinner, de 1941. Das várias conceituações de ansiedade que examinamos neste trabalho, é nesta que a arbitrariedade da definição é mais patente.

O paradigma S^1-S^2 de Estes e Skinner não é apenas uma abordagem pioneira, mas é um modelo de abordagem que na sua essência continua largamente adotado. Talvez a única restrição que se possa fazer a esse trabalho seja a de ter sido designado como um estudo da ansiedade. Mas essa restrição é decisiva se se pretende encontrar na evolução da análise experimental do comportamento alguma contribuição ao estudo da ansiedade humana.

O procedimento experimental de Estes e Skinner (1941) constava, basicamente, das seguintes etapas. Um animal era treinado a pressionar uma barra metálica móvel e essa resposta era reforçada periodicamente com porções de alimento, até que a freqüência de respostas se mantivesse relativamente constante; uma segunda etapa era a do "condicionamento de um estado de ansiedade" e consistia em apresentar de quando em quando um som (S^1) que durava cinco minutos e terminava com a aplicação de um choque elétrico (S^2) de curta duração, sem que houvesse para o sujeito possibilidade de fuga ou de esquiva desse estímulo aversivo. Prosseguindo com essas operações chegava-se, dentro de alguns dias, a uma redução gradual da freqüência de respostas durante o som, a qual atingia índices reduzidíssimos ou mesmo zero. A resposta era suprimida na presença do estímulo condicionado (som) que anteriormente demonstrara não ter efeito sobre a freqüência de respostas; a supressão chamou-se, pois, condicionada e o índice de supressão passou a indicar a magnitude da ansiedade. A conclusão é a de que "apresentações repetidas de um som terminando por choque elétrico produziram um estado de ansiedade em resposta ao som, sendo o índice primário uma redução da força do comportamento motivado pela fome, durante o período de som" (Estes e Skinner, 1941).

O "estado de ansiedade" é, nessa formulação, uma expressão sem qualquer conteúdo definido: o som produz o estado e sua evidência é a redução na freqüência de respostas. Malgrado a rígida postura positivista, Estes e Skinner nos apresentam aqui uma curiosa proposição: existe algo que ocorre como efeito de um estímulo e que não é a mera supressão de respostas; é algo que se traduz, que é *indicado* pela supressão. Inegavelmente, esse estado aparece como elemento intermediário e interveniente entre o estímulo e a variação na resposta. Avesso como é o pensamento skinneriano a "preencher com termos novos as lacunas do conhecimento" (Skinner, 1959), resta admitir que o estado de ansiedade, inferido das alterações quantitativas na resposta, designa as modificações fisiológicas, respondentes, geradas

pelo estímulo aviso, S^1. É o que se pode deduzir da primeira parte do trabalho, em que os autores declaram seu relativo desinteresse por efeitos como "reações musculares... e reação autonômica difusa do tipo costumeiramente enfatizado no estudo da emoção".

Resta então a dúvida: a ansiedade estudada por Estes e Skinner é um tipo de relação funcional entre manipulações dos estímulos e variações na resposta ou é uma relação funcional entre as operações e o estado orgânico de um lado e entre este último e as variações na resposta, de outro? Mais fiel à perspectiva skinneriana de análise seria admitir uma relação funcional bipolar (S-R) entre o estímulo e as modificações no desempenho quantificado; e então se deveria entender que a função de S^1 é desencadear dois efeitos simultâneos: o "estado de ansiedade" e as alterações observáveis na freqüência da resposta.

Mas para os autores a "magnitude do estado é medida pelo seu *efeito* (grifo nosso) sobre a força do comportamento...". O estado tem, pois, efeito próprio sobre a resposta.

A abordagem skinneriana assemelha-se à de Freud em vários pormenores: um aspecto do ambiente, devido à experiência passada, produz a síndrome de ativação e um estado emocional que resulta em comprometimento do desempenho do sujeito. A diferença entre as formulações de Freud e de Skinner reside em que o primeiro acrescenta à síndrome de ativação o estado afetivo de medo ou temor e estabelece, como condição para que isso ocorra, que ao sujeito falte o poder sobre a situação ambiental. Não é nenhum sofisma afirmar que tal impotência é assegurada deliberadamente por Estes e Skinner como condição *sine qua non* da ansiedade, já que o procedimento experimental impede qualquer resposta de fuga ou esquiva de S^1 e de S^2.

As duas abordagens implicam como condição essencial a impotência diante de um estímulo que indica situação penosa futura próxima; mas há uma diferença sutil e básica: para Freud é requisito indispensável o sentimento de impotência; para Estes e Skinner, é necessária a impotência objetiva. Essa diferença se desdobra em outras: o sentimento de impotência pode derivar, para Freud, da simples percepção das alterações respondentes geradas pelo estímulo aviso (S^1) enquanto, segundo Estes e Skinner, esse nexo eventual é desconsiderado, embora seu procedimento produza uma aquisição *gradual* do poder supressor de S^1, sem se questionar sobre a explicação dessa gradualidade. Tanto Freud estava influenciado pelo pensamento de Nietzsche e Darwin como Estes e Skinner pelo determinismo mecanicista de Pavlov. O primeiro era levado a procurar em uma motivação básica para o poder ou a sobrevivência a explicação crucial das trans-

formações do organismo e do comportamento ante um sinal de punição; os últimos eram tentados a manter quanto possível a relação de necessidade entre um dado estímulo e seu efeito como a explicação daquelas transformações.

O paradigma S^1-S^2 foi discutido em suas implicações metodológicas num artigo clássico de Schoenfeld, de 1950. Esse artigo abre, segundo Mowrer (1960), uma possibilidade de definição de "medo" em termos operantes; mas aqui nos interessa discutir o modelo experimental de ansiedade que ali se propõe. Schoenfeld entende o S^1 como um estímulo condicionado por pareamento a S^2, este um estímulo lesivo, aversivo. Desse modo, S^1 torna-se capaz de eliciar, à maneira pavloviana, os respondentes desencadeados originalmente por S^2. Há uma diferença em relação a Estes e Skinner: o choque é aversivo, segundo o texto de Schoenfeld, o que explica a aquisição de função aversiva por parte de S^1; para Estes e Skinner, nem o som nem o choque, quando provados antes do treinamento, tinham intensidade suficiente para perturbar a freqüência de respostas (Schoenfeld, 1950; Estes e Skinner, 1941). Aqui se colocam problemas importantes: como pode S^1 tornar-se aversivo por emparelhamento a um estímulo neutro? Ou, então, qual o critério de neutralidade? A mera ineficácia sobre a medida *escolhida?* O simples emparelhamento seria a condição aversiva? Seria o tempo decorrente entre o início do som e a aplicação do choque a verdadeira condição aversiva? Neste caso, é a *espera* de S^2, embora neutro, que determinaria a supressão do comportamento de linha de base? Nem Schoenfeld (1950), nem Estes e Skinner (1941) responderam a essas questões, embora em ambos os trabalhos o tempo decorrente entre o início de S^1 e a apresentação de S^2 seja considerado uma condição essencial.

A conclusão que decorre desse arranjo experimental é a de que a sinalização da iminência de um estímulo moderadamente aversivo produz efeitos supressores maiores que a apresentação efetiva desse último, o que é difícil de entender no quadro do condicionamento pavloviano, de resto adotado para explicar a função supressora de S^1. Convém lembrar, quanto a isso, os estudos sobre conseqüências operantes da sinalização de eventos ou períodos aversivos, em arranjos diversos do modelo clássico de Estes e Skinner (1941). Entre esses, são relevantes o de Sidman e Boren (1957), em que os animais demonstraram preferir uma situação de punição a uma de espera (sinalização) de punição, e o de Harsh e Badia (1974) no qual todos os sujeitos experimentais (animais) mostraram preferir uma situação em que choques ocasionais eram sinalizados a outra em que ocorriam sem qualquer sinalização.

Ao que parece, as manipulações descritas por Schoenfeld (1950) são as *programadas* pelo experimentador e os efeitos registrados não guardariam uma correspondência direta e simétrica com o arranjo experimental. Em outros termos, variáveis outras, além das manipulações programadas, também determinariam os efeitos comportamentais.

O efeito supressor de S^1 é adquirido gradualmente e não é constante — os índices de Estes e Skinner são médias — nem entre sujeitos nem entre sessões experimentais consecutivas. Pelos procedimentos pavlovianos, S^1 passa a *substituir* plenamente S^2 e, então, seria esperável uma constância maior do efeito de S^1 já que o emparelhamento a S^2 é mantido ao longo de todo o experimento; isso conduz a uma nova questão, a de saber quais condições determinam a inconstância do efeito supressor de S^1, principalmente quando, após sua extinção, a recuperação espontânea é quase completa.

O paradigma S^1-S^2 parece, portanto, demasiadamente simples, mesmo à vista da premissa de Schoenfeld, de que "uma especificação completa da ansiedade seria apropriadamente feita em termos da operação S^1-S^2 e seus efeitos comportamentais. Entre os últimos, como mostra este experimento, deveriam incluir-se os componentes operantes, bem como respondentes do comportamento total do organismo". De resto, a excessiva simplicidade é admitida por Schoenfeld: "Com o passar do tempo seremos provavelmente obrigados a ampliar nossa definição para incluir paradigmas e efeitos comportamentais mais elaborados, no homem e no animal".

A relação mecanicista entre os efeitos comportamentais e S^1 obscurece "os efeitos comportamentais mais elaborados"; na intenção de evitar o apelo a estados internos intermediários entre S e R, a definição de Schoenfeld se apega totalmente ao princípio do condicionamento pavloviano, numa formulação claramente circular: "Os condicionamentos estabelecidos para S^1 através da operação de ansiedade são efeitos de *respostas* a estímulo . . .". Equivale dizer: as respostas condicionadas a um estímulo são respostas condicionadas a esse estímulo. Nem Schoenfeld, nem Estes e Skinner, por outro lado, consideraram os aspectos operantes (no plural) e muito menos os respondentes, que admitem como "componentes" do efeito comportamental de S^1-S^2. Aliás, data desses trabalhos a identificação tácita entre supressão condicionada de *um* operante escolhido e ansiedade experimental.

Em suma, há um desculpável exagero de simplificação, nos dois termos da relação S-R. O estímulo é reduzido a um eliciador simples de um efeito ultra-simplificado para fins de rigor de medida. O som, embora antecipe regularmente um outro estímulo, não atrai qualquer atenção à sua eventual função discriminativa.

É verdade que Schoenfeld amplia consideravelmente o paradigma skinneriano, como veremos, ao analisar a função de S^1 como reforçador secundário negativo. Curiosamente, no mesmo ano em que Keller e Schoenfeld (1950) insistiam na necessidade preliminar de um estímulo desenvolver função discriminativa para se tornar reforçador secundário. É interessante notar aqui que a função depressiva de S^1 não se deve, segundo Schoenfeld, à sua condição de reforçador condicionado: "A nova capacidade de S^1 para agir como um reforçador secundário além *(in addition)* de suas funções de eliciar respondentes e de deprimir o comportamento operante em curso significa que a apresentação de S^1 cria a potencialidade de reforçamento de uma resposta que possa terminar S^1".

Essa colocação amplia o significado do arranjo S^1-S^2 para além do modelo pavloviano e desperta algumas dúvidas.

Pode-se perguntar se a função depressiva que S^1 exerce sobre o operante se exerce diretamente ou através da eliciação de respondentes. Na primeira hipótese teríamos eliciação de efeitos operantes (uma hipótese absurda); e na segunda os verdadeiros eliciadores seriam de ordem fisiológica interna, pois um dado estado de ativação eliciado em nível autonômico é que impediria emissões do operante, até então em curso. Uma hipótese conciliatória implicaria que a ativação fisiológica eliciada intervém entre S^1 e a alteração na freqüência da resposta. Outra questão refere-se à função motivadora de S^1 tomado como reforçador secundário ou condicionado e é neste ponto que a formulação de Schoenfeld é particularmente fecunda. S^1 desencadeia um impulso (p. 76), mas a redução deste é impossível, dado o arranjo experimental que impede fuga ou esquiva.

Temos então um impulso bloqueado, impedido de descarregar-se, exatamente como diria Freud. A redução do estado de impulso *(drive-state)* se confunde com a terminação de S^1. E... "poderia dar-se o caso em que se fosse permitido que uma resposta terminasse S^1, os efeitos respondentes e operantes de ansiedade (produzidos) pela apresentação de S^1 poderiam ser reduzidos ou desaparecer por completo na medida em que a resposta terminativa se aproximasse de sua força máxima". Decorre disso que a magnitude da ansiedade (identificada com efeitos comportamentais) é função da presença ou ausência de uma resposta que termina o sinal de condição adversa ou termina os respondentes concomitantes a tal sinal ou estímulo? Schoenfeld não considera a função sinalizadora de S^1 e, portanto, resta admitir que o que deve ser terminado é o *drive-state* gerado por S^1, que o autor identifica com "potencialidade de reforçamento". O paradigma implica portanto potencialidade sem possibilidade de fuga de um estado cuja cessação é reforçadora. É condição essencial então

uma carência ou falência no repertório do sujeito, para que ocorra a ansiedade.

O treino dos sujeitos de Estes e Skinner envolve uma progressiva extinção de tentativas de fuga ou esquiva durante a apresentação de S^1 até produzir a total impossibilidade de um desempenho operante funcional. Não nos parece um abuso de especulação a idéia de que, ao longo do treino, se estabeleça uma crescente extinção de estímulos discriminativos (SDs) ou, visto de outro ângulo, um aumento do número de S^{Δ}s, até que também S^1, de par com outras, exerça uma função discriminativa negativa (S^{Δ}). Em tal situação, diversos estímulos discriminativos (S^{Δ}) indicam a inviabilidade de numerosas respostas e o resultado seria uma motivação aversiva (somada ou em confronto com a motivação do operante de linha de base) sem qualquer repertório funcional adaptativo. Tal idéia conteria uma definição provisória de "sentimento de impotência", em "good scientific order".

Se repugna à postura comportamentalista a idéia de um sentimento de impotência como estado afetivo, não ocorre certamente o mesmo com a hipótese de uma progressiva extinção de SDs (ou aumento do número de S^{Δ}s), implicando empobrecimento gradual do repertório disponível ao sujeito, e que seria aceitável como uma definição objetiva de impotência ou sentimento de impotência. Nesta última acepção fica implicada a importância de processos discriminativos, fácil de verificar experimentalmente, com todas as exigências de um comportamentismo descritivo como auspiciava Schoenfeld (1950). O apego aos pressupostos descritivistas e mais ainda ao paradigma pavloviano justificam ou pelo menos explicam a descura dos dois artigos acima discutidos, com as funções discriminativas que S^1 ou outros estímulos poderiam desempenhar no procedimento de Estes e Skinner.

O trabalho de Schoenfeld (1950) contém o gérmen de duas tendências ulteriores da explicação da supressão condicionada, nas quais se incluem inúmeros estudos. Em síntese, uma tendência é a de entender a supressão como produto da competição entre a motivação apetitiva do operante de linha de base e a motivação aversiva desencadeada ou constituída pela presença de S^1. Como foi dito, Schoenfeld atribuiu ao S^1, explicitamente, a função de reforçador condicionado negativo, entendendo sua apresentação como uma operação motivadora. Na outra tendência incluem-se estudos que tendem a explicar a supressão como resultado de competição entre respostas reflexas e a emissão do operante de linha de base. A implicação teórica maior da primeira posição é a de que, em situação de ameaça, o engajamento em atividades reforçadoras diminui, principalmente se tal atividade não reduz a aversividade da situação.

De seu turno, a outra tendência pressupõe que a perturbação fisiológica eliciada por S^1 impede a efetuação adequada do desempenho operante. Do ponto de vista subjetivista dir-se-ia que num caso o comportamento de base é preterido ou postergado, noutro ele seria impossibilitado ou dificultado; o resultado experimental quantitativo seria o mesmo, embora no plano do condicionamento emocional haja diferenças fundamentais entre os dois casos. No estudo de Schoenfeld, a competição entre respostas não recebe grande interesse, embora seja o primeiro texto a indicar com precisão o modo conveniente de confrontar os efeitos respondentes e operantes de S^1, na aquisição e na extinção do seu efeito eliciador (p. 77).

Antes de comentar o trabalho crítico de Blackman (1972) sobre as duas tendências mencionadas, convém lembrar que antes dele as variáveis do paradigma S^1-S^2 foram repetidamente redefinidas em numerosos experimentos que utilizaram na linha de base diferentes esquemas de reforçamento intermitente, operantes diversos, parâmetros outros para o reforçamento e para os estímulos S^1 e S^2 e reforçadores de natureza diversa na linha de base. Há estudos em que o operante de linha de base foi mantido por reforçamento negativo ou por punição e ainda outros em que S^2 tem função de reforço positivo. A avaliação da contribuição da análise experimental do comportamento ao estudo da ansiedade não pode alicerçar-se apenas nas longínquas exposições de Estes e Skinner e de Schoenfeld. Contudo, os comentários feitos a tais contribuições pioneiras visam, aqui, a caracterizar os pressupostos originais da abordagem analítica experimental à ansiedade. Pressupostos ainda presentes na estratégia experimental se já não na metodologia da análise operante. O progresso na direção de "paradigmas mais elaborados", não obstante o acúmulo de experimentos, tem sido reduzido, como mostra o trabalho de Sidman (1964), cuja síntese dos procedimentos operantes na área indica a escassez de inovações no paradigma clássico.

Não se trata de uma revisão da literatura, é verdade, mas de um texto que visa a resumir a *contribuição* de tal análise ao problema que nos interessa. Igual carência de "paradigmas mais elaborados" se manifesta no elenco de estudos considerados no artigo crítico de Blackman (1972), resumido, a seguir.

Das duas hipóteses de que Blackman se ocupa, a primeira pretende explicar a supressão condicionada como efeito da incompatibilidade entre os respondentes eliciados por S^1 e o operante em curso. O índice de supressão seria, segundo Kamin (1965), uma precisa medida indireta do comportamento respondente. A hipótese está implícita no texto de Estes e Skinner (1941). A segunda é a da motivação incompatível, presente no artigo de Schoenfeld, há pouco men-

cionado, e é formulada complicadamente por Estes (1969). Segundo essa hipótese, a supressão resultaria da competição entre a motivação apetitiva ou positiva para obter água através de pressões à barra e a motivação aversiva devida ao choque. É forçoso, na segunda posição, admitir algum processo interno de ordem emotiva; conforme Hunt e Brady (1951), é um estado subjacente à reação comportamental, por eles definido prudentemente como "resposta emocional condicionada" (Brady e Hunt, 1952). A divergência entre as duas hipóteses é relevante porque coloca em dúvida a mecanicidade pavloviana da ação de S^1 ou sua exclusividade como fator causal da supressão. De fato, se a supressão apenas reflete o impedimento fisiológico devido a respondentes eliciados por S^1, não haveria razões para admitir-se qualquer estado ou resposta emocional interna. As evidências experimentais divergem, favorecendo ora a hipótese de que a supressão resulta de impedimento fisiológico, ora a de que se deve à soma algébrica da motivação positiva para a emissão do operante e da motivação negativa resultante da apresentação de S^1 ou devida à própria intermitência do reforçamento do operante de linha de base (Azrin, 1961 e Fantino, 1969).

O que Blackman (1972) sugere, diante dessa incongruência, é uma terceira hipótese que se fundamenta em evidências experimentais (Blackman, 1968, 1970; Sidman *et al.*, 1957) de que um estímulo pré-choque não só deixa de produzir supressão, mas pode resultar em facilitação na emissão do operante, se este é reforçado em esquema que implique regularidade de pausas entre respostas. Blackman explica a facilitação em termos de ruptura do controle discriminativo exercido pelas propriedades do esquema de reforçamento sobre o comportamento. Em apoio, o estudo de Blackman (1968) mostra que, segundo os esquemas de reforçamento positivo em linha de base, o estímulo pré-choque, S^1, pode produzir supressão ou facilitação de emissões do operante. Usando-se por exemplo um esquema de reforço em intervalo variável, é possível obter como desempenho normal uma freqüência relativamente alta de respostas, ao contrário do que resulta usualmente de esquemas diferenciais de baixa freqüência: emissões em ritmo lento e pausado. O verdadeiro efeito de S^1 seria alterar o desempenho normal na direção oposta, evidenciando ruptura de discriminações dependentes de propriedades do esquema utilizado para manter o desempenho de linha de base, seja através de facilitação de freqüência normalmente baixa, seja por redução de freqüências regularmente mais altas. A hipótese da motivação competitiva fica pouco sustentável à vista de que ambos os efeitos podem ser obtidos também quando o operante é mantido por condições aversivas, enquanto a

hipótese da competição de respostas é infirmada pelos meros resultados de facilitação.

"Os resultados do procedimento de Estes e Skinner podem depender do grau de controle discriminativo exercido por um dado esquema em vez de depender da natureza da motivação que mantém o desempenho de linha de base" (Blackman, 1972). De outro lado, são raros os experimentos que medem diretamente os respondentes eliciados por S^1. Brady e colaboradores (1969) mostraram que "respostas reflexas cardiovasculares e os movimentos esqueletais são efeitos condicionados independentemente..." de modo a injustificar tentativas de explicação da supressão como efeito de descargas autonômicas.

E Blackman (1972) conclui que, nos estudos que selecionou para revisão, incluídos os seus, "a precisa natureza da ansiedade presumida ainda espera uma especificação". Mas, de todo modo, deixa claro que os efeitos supressivos atribuídos ao estado emocional de ansiedade parecem depender muito mais da ruptura de controles discriminativos introduzida pela operação S^1-S^2 do que da natureza aversiva daquele estado. A exclusão da aversividade eventualmente introduzida por S^1, como um fator determinante da supressão, se sustenta com maior firmeza nos dados experimentais que mostram supressão diante de um S^1 pareado a um S^2 positivo.

Em suma, a diferença e talvez a total independência entre ansiedade e supressão parece evidente a este ponto, se por ansiedade se entende um estado motivacional especial, de tipo aversivo, como sugeriram Estes e Skinner, ou Schoenfeld. Assim, ficaria insustentável a analogia que há pouco fizemos entre motivação para a fuga sem possibilidade de fugir e a repressão do instinto, conforme pensara Freud, sendo ambas as idéias entendidas como designativas de impotência diante da ameaça. O que se conclui no trabalho de Blackman, entretanto, torna suspeita a formulação da impotência como resultante de motivação não-satisfeita, mas não invalida, até torna plausível, falar-se em impotência devida à ruptura de controle discriminativo na presença de S^1. A operação S^1-S^2 seria então um procedimento de extinção de estímulos discriminativos (SD) ou de introdução de S^Δ ou ambas as coisas. O que resulta é o comprometimento do desempenho funcional, adaptativo. O que, noutra linguagem, é carência ou falência no repertório diante de uma mudança brusca na situação estimuladora, mudança que inclui alterações discriminativas e eliciação de respondentes. A ansiedade é um estado orgânico aversivo, desencadeado por um estímulo que no passado foi associado com falências do repertório; esse estado pode não se instalar se o

estímulo, na história precedente do sujeito, resultou em desempenho ajustador. Essa proposição é comportamentista ou freudiana?

Para responder é conveniente examinar agora o artigo que Sidman, por muitos títulos insuspeito de qualquer viés subjetivista, publicou em 1964 com o título de *"Anxiety"*, insuspeitamente posto entre aspas.

Sidman considera que a ansiedade é relatada em inúmeras situações e definida de múltiplas maneiras e que, portanto, é de sua natureza a ubiqüidade e a pessoalidade: para cada pessoa sua ansiedade é uma verdade embora não o seja para outra pessoa (principalmente se for um comportamentista). "Mas toda ansiedade é verdadeira para a pessoa que a exprime."

O cientista "toma exemplos de ansiedade e tenta reproduzi-los no laboratório". Seleciona-se algo como exemplo de uma categoria não definida e "almost impossible to define". (Seja: mas aqui aparece a necessidade de definir a ansiedade com referência às tendências histórico-culturais, a que aludimos no início deste texto, se a definição deverá ter alguma significação geral, na comunidade científica e na coletividade sócio-cultural mais ampla.)

Sidman resume então a especificação científica da ansiedade, exemplificada em três diversos arranjos experimentais que tipificam, a seu ver, situações de ansiedade: a esquiva clássica ou sinalizada, a esquiva de Sidman e o procedimento de Estes e Skinner. Parece estranho, após tanta argumentação descritivista contra a explicação da esquiva em termos de redução da ansiedade, que Sidman proponha os procedimentos produtores de esquiva como legítimos determinantes da ansiedade.

O desempenho típico de esquiva sinalizada consiste em emitir uma resposta de fuga de S^1 antes do comparecimento do estímulo aversivo S^2 e de modo a impedir sua apresentação; Sidman o compara às situações em que se antevê (antecipa) e se evita a ocorrência de um evento doloroso ou, de outro modo, penoso, de situações que constituem provavelmente "a base mais difundida de nossas ansiedades cotidianas".

A menos que as ansiedades cotidianas se compreendam na categoria freudiana de ansiedade normal ou objetiva, é discutível essa interpretação de Sidman para comportamentos como "aprender a não descer da calçada". É clara neste exemplo a existência de percepção de um perigo de dano (S^1-S^2) e a emissão de uma resposta perfeitamente funcional; como é também patente a ausência de qualquer sentimento de impotência ou, em outros termos, de percepção de falência do repertório ou ainda, "in good scientific order", de inevitabilidade de S^2. Contudo, a idéia de antecipação do dano aparece,

timidamente, como uma condição de ansiedade humana, embora por extrapolação de um dado experimental que consiste em "responder ao estímulo aviso em quase todas as vezes e desse modo encontrar um modo *(manage)* de evitar a maior parte dos choques...".

O padrão de comportamento de esquiva sinalizada pode, a nosso ver, representar a ansiedade *durante* a aquisição da resposta, uma fase em que o desempenho funcional diante de S^1 é ainda impossível e na qual estão presentes as condições da percepção da ineficácia do comportamento. Não parecem muito diversas as conclusões de Kamin, Brimer e Black (1963), Gray (1975), ao demonstrarem que a aversividade ou o "medo" se dissipariam com o prosseguir do treinamento de esquiva sinalizada. Analisando jorros de respostas em esquiva não-sinalizada, Souza (1973) mostrou também que tais jorros, tidos como evidência de agressividade e, pois, de aversividade, perdem freqüência na medida em que se prolonga o treino.

A consistência dos aspectos discriminativos é assegurada após a aquisição da resposta de esquiva, mas não durante o treino, e é por isso que o desempenho não pode, então, ser oportuno. A variável relevante (que traduz em termos operacionais a percepção de falência do repertório) é o grau de inconsistência ou indefinição discriminativa da situação estimuladora, que decresce no decorrer do treino até que o controle discriminativo seja perfeito, de maneira a assegurar oportunidade às respostas e conseqüentemente sua funcionalidade.

Como um segundo procedimento experimental para o estudo da ansiedade Sidman menciona a esquiva livre, por outros designada como "esquiva de Sidman".

O estímulo aversivo, penoso (S^2), é aplicado a intervalos regulares de tempo. A emissão de uma resposta pode protelar a aplicação por um certo período e a repetição da resposta assegura o prolongamento do período seguro; desde que a resposta se repita com relativa freqüência, o sujeito experimental pode eximir-se de todas as aplicações programadas de S^2.

Não há, neste caso, um S^1 exteroceptivo, definido, que preceda ou sinalize o S^2 iminente, e "a persistência e compulsividade do comportamento lembra muitas formas de inflexibilidade que vemos em casos patológicos, bem como em pessoas que, no mais, são normais". Se presumimos um S^1 interno, a situação experimental é aparentada à da esquiva clássica, embora com algumas dificuldades. Tal S^1 é permanente ou intermitente. Se as respostas são mantidas por terminarem S^1, a sua freqüência seria altíssima, em seqüência ininterrupta, no caso de o estímulo ser permanente. Mas se permanece S^1 não há reforçamento da resposta e não se explica sua manutenção.

Se o suposto S^1 interno é intermitente, é forçoso supor que esteja presente nos momentos de emissão e ausente após as respostas e, então, a manutenção se deve a um estado interno fisiológico recorrente que atuaria de tempos em tempos como aversivo. Se se admite tal estado como o S^1 interno, o que reforça a resposta é o término de S^1 e não a esquiva de S^2. Que a posposição de S^2 não atue como reforçador está demonstrado pela "persistência ainda maior do comportamento quando se elimina o seu componente realístico". Nós substituiríamos o termo *realístico* por *funcional*, e então se diria que, ao introduzir choques que deveriam ser adiados, o que se obtém é um prejuízo da funcionalidade do comportamento. Mas, aqui, o que não é funcional é a freqüência, excessiva, de emissão, pois funcional seria a esquiva de todos os choques programados com um mínimo de respostas: o que é, evidentemente, um critério arbitrário de funcionalidade ou normalidade. Se a persistência das respostas não depende de seu efeito sobre S^2, o reforço que a mantém pode ser a redução de um estado interno aversivo cuja aversividade não se deveria à recorrência de S^2 (que pode ser evitado por horas e horas) mas ao fato de que cada emissão constitui uma clarificação discriminativa transitória. Mais tempo transcorre desde uma emissão, maior a carência de algum S^1 que anuncie o choque seguinte ou de algum SD para cessar as respostas, um SD que só a emissão da resposta pode oferecer. Convém lembrar aqui o estudo de Anger (1963) que demonstrou o papel exercido por estímulos proprioceptivos associados temporalmente a diferentes períodos pós-resposta, pós-choque e pré-choque. A introdução de um S^1 exteroceptivo seria a contraprova dessa interpretação, uma contraprova repetidamente apresentada, nos estudos sobre esquiva discriminada, nos quais os períodos sem S^1 e sem S^2 funcionam consistentemente como SDs para comportamentos outros que o de esquiva.

A redução da ambigüidade discriminativa é que manteria, a nosso ver, as respostas na esquiva de Sidman. A introdução saltuária de choques teria apenas o efeito de produzir ou aumentar a ambigüidade discriminativa, implicando assim maior freqüência de emissões.

A importância das contingências discriminativas reconhecida por Sidman na esquiva sinalizada é apenas obscurecida na esquiva livre, e se ambos os paradigmas representam a abordagem experimentalista da ansiedade é porque em ambos se inclui uma condição distintiva desse estado: a percepção da inadequação do repertório a uma dada situação motivadora, uma inadequação assegurada pela obscuridade ou ambigüidade discriminativa daquela situação. Em socorro desta interpretação vem a analogia proposta por Sidman entre a situação expe-

rimental de esquiva livre e o procedimento dos carcereiros nazistas que mantinham a submissão dos prisioneiros escolhendo "ao acaso e a intervalos imprevisíveis" alguns homens a serem executados.

Como terceiro procedimento para produzir ansiedade, Sidman trata da supressão condicionada, de Estes e Skinner (1941) que já discutimos, mas que recebe desse autor uma interpretação totalmente conforme à que lhe demos acima. A ativação fisiológica produzida por S^1, com suas manifestações motoras e excretórias, "mostrando todos os sinais de uma esmagadora e paralisante ansiedade", representa uma forma muito freqüente de ansiedade: a que "resulta de condições ambientais sobre as quais não temos qualquer controle". Pouco se deve acrescentar aqui para mostrar que a falência do repertório é uma decisiva condição da ansiedade.

O aporte de Sidman à nossa discussão permite aqui um resumo. A ansiedade resulta de condições ambientais que envolvem ambigüidade ou obscuridade discriminativa e impossibilidade de desempenho que reduza a aversividade da situação.

Ruptura do controle discriminativo e falência do repertório são, por outro lado, funcionalmente equivalentes. A carência de respostas ou a falta de SDs para emissão oportuna de um operante levam à percepção de impotência em uma situação. Dando-se que essa é aversiva, tem-se uma poderosa motivação, cuja redução é impossível, bastante afim à conceituação nietzschiana e freudiana da sensação de impotência diante da força de um impulso. Importa notar, aqui, que Freud vai além: a ansiedade é, mais que a percepção de impotência, o medo de que a impotência se reproduza, de modo a entender a percepção da impotência como o verdadeiro estímulo aversivo inescapável, anunciado por um estímulo discriminativo qualquer. Talvez por isso as respostas na ausência de S^1, no caso da esquiva discriminada, e o desempenho típico na esquiva de Sidman e na supressão condicionada resultam de aquisição gradual, implicando a aprendizagem da relação S^1-percepção de impotência. Os três procedimentos de laboratório descritos por Sidman envolvem a aplicação de estímulos aversivos ambientais, choques elétricos, mas as respostas típicas da ansiedade comparecem na ausência dos choques e podem até mesmo conduzir à eliminação dos choques, exceto no caso da supressão condicionada. Mas o fato de se haver obtido supressão sem aplicação de choques permite entender que, nos três arranjos experimentais, o choque serve como um artifício para tornar aversiva a percepção de impotência e, mais, o medo de que tal percepção venha a repetir-se. Noutros termos: as respostas fisiológicas e comportamentais de ansiedade são o desempenho possível, cuja função é a esquiva da percepção

aversiva de impotência. Também nos estudos de laboratório, portanto, o que de fato é aprendido pelos animais é a ameaça de impotência, uma impotência que será tanto mais aversiva quanto mais premente for o exercício de um desempenho funcional, ou quanto mais premente for o exercício de algum controle sobre o ambiente. Quando Sidman diz que todas as técnicas experimentais para o estudo da ansiedade são *"coercitivas"*, está implícito que todas elas envolvem premência do exercício do controle sem possibilidade para tanto. O arranjo típico do laboratório se reduz, assim, à ameaça de impotência sem possibilidade de terminar ou evitar a ameaça (S^1) mesmo que se evite S^2, como ocorre nos experimentos sobre esquiva discriminada ou livre.

Não importa, neste ponto, que S^2 seja a estimulação aversiva, a retirada de reforçamento positivo ou o não-reforçamento.

A ansiedade segundo a Psicologia existencial

Uma "Psicologia existencial" pode ser aceita ou rejeitada, segundo o conceito de psicologia que se adote, e o mesmo raciocínio vale para a expressão Psicoterapia existencial. Não se discutirá aqui a legitimidade dessas designações.

O que se encontra na literatura corrente, sob esses títulos, está expressivamente representado na obra de dois autores, Paul Tillich e Rollo May; sobre os escritos desses pensadores, principalmente, são baseadas as considerações que seguem.

Não sendo uma teoria, nem uma escola, nem um método (May, 1974), a psicologia existencial é uma atitude, um estilo de pensamento que, de um ângulo histórico, pode ser visto como uma tendência da psicologia contemporânea, vigorosa, a julgar pelo crescente número de trabalhos nessa área (Lyons e May, 1974). Enquanto tendência do pensamento, reflete um clima cultural que é, no caso, o do pensamento humanístico contemporâneo. Para esclarecer o enfoque da ansiedade na psicologia existencial é necessário indicar as influências culturais das quais resulta.

A influência dominante é a da filosofia existencialista de Kierkegaard, Jaspers, Heidegger e principalmente de Nietzsche. Desses filósofos, a psicologia existencial incorporou temas essenciais para a elaboração teórica da ansiedade e para seus princípios de abordagem clínica, tais como o primado da existência sobre a essência, a ansiedade como condição de auto-realização, o conceito de *Eu*, a teoria do valor. Como se verá adiante, a teoria da ansiedade, na psicologia existencial, é a síntese desses temas e, enquanto sistema de conceitos, constitui apenas o desenvolvimento em forma mais lógica de pensamentos de Kierkegaard e Nietzsche, mais que de outros filósofos existencialistas; praticamente todos os textos de May e Tillich em matéria psicológica são impregnados de idéias e citações daqueles filósofos.

Para esses autores, nenhum sistema teórico consegue explicar a essência dos problemas humanos: as definições em psicologia são abstrações que se referem a uma realidade fictícia e criada arbitraria-

mente; a realidade das emoções enquanto vivência subjetiva é a única que interessa compreender. Mas nenhuma explicação em termos racionais abrange tal realidade e nenhuma linguagem expressa o significado que tais vivências carregam para a pessoa que as experiencia. A realidade, em psicologia, é fundamentalmente o significado subjetivo da experiência individual; a existência psicológica é a realidade que a psicologia deve estudar e que a psicoterapia deve explorar.

Qual deve ser o método de estudo, se a realidade a ser estudada perde sua essência quando codificada ou sistematizada em conceitos racionais? Qual a técnica terapêutica indicada para alterar um modo de vivência subjetiva, quando a mera identificação conceitual desta já é uma total deformação de sua natureza?

Método e técnica devem ser, mais que tudo, uma atitude existencial diante da realidade existencial do outro. O problema de estudo ou o distúrbio psicoterápico só pode ser compreendido através do seu significado existencial para o pesquisador ou para o terapeuta; neste segundo caso o "encontro" com o paciente implica a coincidência de significados existenciais entre as vivências da situação por um e por outro.

É a existência subjetiva do problema que constitui a sua essência: e então o esforço de objetivação só se justifica pela necessidade de comunicação, e o enfoque experimental de um problema emocional passa a ser visto como uma ingênua e desesperada presunção de captar a realidade, com instrumentos racionais, inadequados. Apenas a pessoa na sua subjetividade é capaz de conhecer-se e por isso só ela, na verdade, pode ser o seu terapeuta. O significado que ela atribui aos seus atos, desejos e conceitos é que constitui a realidade psicológica a ser entendida.

A psicologia existencial é, pois, antes de tudo, uma atitude filosófica diante do problema do conhecimento, que adota nesse campo os princípios da fenomenologia associados à ênfase existencial sobre a afetividade como condição da realidade e do conhecimento. Conseqüentemente, no terreno da epistemologia, significa a negação da validade do conhecimento racional, em matéria de psicologia.

A condição humana, entretanto, coloca essa realidade subjetiva em constante interação com o mundo objetivo e com as atividades dos outros homens. Dessa condição resultam dois tipos de conflito: um entre o próprio mundo interior e as contingências da vida biológica e social, outro entre uma determinada representação de si mesmo e a necessidade de optar pela rigidez da própria visão de si e do mundo, ou pela sua constante renovação. As saídas possíveis, nesta situação, são: o isolamento, ou a incomunicação, para não alterar a harmonia

do mundo subjetivo, ou seja, a rígida fidelidade à própria subjetividade, ou então a aceitação da aventura da permanente reconstrução dessa realidade subjetiva.

O contínuo desafio à renovação do autoconhecimento e à auto-afirmação é a fonte da ansiedade normal, na psicologia existencial, nos moldes em que a definira Kierkegaard. A rigidez é a negação da própria existência, pois é a fuga da renovação e da ampliação da própria existência subjetiva.

O conceito de *Eu*, outro elemento incorporado da filosofia existencialista, é a resultante da condição humana ambivalente: o homem cria a sua realidade, os seus valores, o seu autoconceito e como tal é agente, criador, *sujeito* de si mesmo, mas é também o *objeto* de conhecimento, de avaliação e de pressões e desafios da vida objetiva e da sociedade. Um estágio superior do autoconhecimento é a capacidade de o homem perceber-se como sujeito e como objeto, a capacidade de oscilar entre os dois estados: é o *Eu*.

A ansiedade neurótica ou patológica resulta do encontro do eu com a ansiedade normal; é a ameaça à existência do Eu. Ora, o eu é fundamentalmente o resultado de um sistema de valores, o homem existe como indivíduo por sua capacidade de avaliação e por isso a ameaça aos seus valores fundamentais é também uma ameaça à sua existência.

Os conceitos básicos da filosofia, incorporados pela psicologia existencial, serão discutidos mais adiante, em relação ao problema da ansiedade. Aqui, apenas estão esboçadas as linhas de derivação filosófica da psicologia existencial.

Outra influência determinante a considerar é a do pensamento histórico-culturalista. Os textos básicos da psicologia existencial contêm, via de regra, amplos tratamentos da emoção e dos valores humanos como frutos de condições culturais e históricas. Se, para Freud, cada fase do desenvolvimento individual tem seus próprios objetos de medo, seus perigos típicos, para os psicólogos existencialistas cada situação histórico-geográfica determina tipos próprios de contradições culturais que se refletem em formas características de ansiedade nos indivíduos.

A situação conflitiva, desesperada e precária da cultura contemporânea ocupa extensas análises na obra de May (1971, 1974) e de Tillich (1972). A insegurança do conhecimento, a crise da ciência, a precariedade e relatividade dos valores éticos, a massificação da civilização industrial, a desumanização da tecnocracia, são processos fundamentais na explicação existencialista da psicopatologia. Nessa ênfase sobre as contingências culturais, há uma estreita vinculação

entre a psicologia existencial e as tendências culturalistas da psicanálise pós-freudiana, representada por Sullivan, Horney, Fromm e outros.

Uma terceira influência determinante da atitude existencialista da psicologia é a ênfase subjetivista do pensamento psicológico europeu no século XX, presente também na obra de William James, cuja importância na evolução da psicologia americana foi decisiva.

O primado da experiência subjetiva, a verdadeira realidade psicológica sobre a interpretação racional mediada pela análise científica é a pedra de toque do pensamento de James, pensamento ético e epistemológico a um só tempo, já que para James tanto o valor como a verdade resultam, em última análise, da vontade. Decisão e compromisso são, no dizer de May (1974), condições prévias para a descoberta da verdade, na concepção epistemológica de William James. Todo ato de conhecimento envolve o consentimento. "A verdade existe para o indivíduo enquanto ele a produz em atos", escrevera Kierkegaard; e James é posto por Tillich (1944) entre os filósofos existencialistas, que consideram a experiência imediata do homem ao invés da sua experiência cognitiva como reveladora da realidade, em sua natureza e características.

Na volição ou consentimento, entendido como atuação pessoal diante da realidade e como condição do conhecimento da verdade e do valor, residem a um tempo o pressuposto do primado da existência e a base do pragmatismo americano de que James foi, sem dúvida, o representante mais original. É curioso que o pragmatismo chegue a confundir-se com o existencialismo justamente num princípio fundamental: a afirmação da experiência pessoal subjetiva como condição da verdade e do valor.

Mais ainda que por seu estilo subjetivista de pensar, James influenciou a psicologia existencial pelo seu anti-racionalismo ou mais especificamente pelo caráter anti-hegeliano de seu pensamento. A esse propósito basta lembrar a resposta que escreveu a Peirce, que lhe criticava "o universo inexato" e sua carência de "algum padrão invariável e exatamente certo". James escreve "...os termos lógicos apenas marcam *posições* estáticas em um fluxo que, em parte alguma, é estático. As relações exatas formam um esplêndido esquema artificial de tabulação, no qual agarramos quaisquer elementos do fluxo existencial que aí se possam fixar."

É óbvio quanto esse pensamento influencia a perspectiva metodológica da psicologia existencial: a ciência e seus métodos são úteis, mas jamais se conseguirá através deles compreender o homem *existente*. O homem pode ser entendido através do condicionamento, dos

impulsos, dos reforçadores, mas o homem existente, jamais. A experiência humana da própria existência escapa de qualquer método científico exato. Na medida em que se ganha exatidão, perde-se em verdade. Kierkegaard já dissera que "quanto maior a excelência de uma prova, mais cresce a incerteza".

Uma influência menor a desaguar na psicologia existencial é a da postura culturalista da psicanálise pós-freudiana, com sua ênfase nos valores individuais, como fontes de conflito e como fundamento da personalidade, conforme mencionamos anteriormente.

Qual conceito de ansiedade pode resultar de uma visão do homem caracterizada pelos pressupostos existencialistas, pela valorização eletiva da experiência subjetiva e da vontade, pela concepção das contingências históricas e culturais como determinantes de valores e conflitos entre valores? Qual a concepção de ansiedade da psicoterapia existencial? A resposta parece óbvia: o conceito existencialista da ansiedade, de Kierkegaard e Nietzsche, traduzido em termos de processos psicológicos, com ênfase na vontade, no processo de valoração e no conflito indivíduo-cultura. É significativo que as obras-mestras no assunto se chamem: *O Dilema Humano, O Homem à Procura de Si Mesmo, A Coragem de Ser.*

O mérito da psicologia existencial é o da elaboração do conceito existencialista com vistas a inovar a prática clínica e a perspectiva de estudo da vida emocional na interrelação interpessoal e sócio-cultural. Inovação que, de resto, se deve também a W. James, Fromm, Allport e Rogers, ao lado de Merleau-Ponty, Straus e Binswanger.

As formas tradicionais de ansiedade: diante da limitação humana, diante do irracional ou do futuro, reaparecem na psicologia existencial sob formulações diversas. Na melhor tradição nietzschiana, a ansiedade deriva de uma ameaça à existência individual, ao núcleo da identidade pessoal do homem autoconsciente. Basicamente, uma ameaça à sobrevivência do *eu* individual. Desse modo, há três origens da ansiedade humana: a ameaça pode referir-se à vida física, à vida psicológica (a identidade pessoal), ou ainda a algum valor que o indivíduo identifica com a sua existência como um *Eu*. Temos então três perigos cuja iminência produz a "apreensão" ou ansiedade: a morte, a inconsistência dentro de si mesmo (já não entendida como conflito entre razão e impulso) e a insignificação, a lembrar os temas recorrentes na tradição filosófica.

Os três perigos são, na verdade, formas de destruição do Eu, pois tanto a existência do indivíduo como um *eu* se confunde com a capacidade de avaliar e, portanto, de querer, desejar, apreciar e sentir quanto essa capacidade é inseparável da significação própria, do indivíduo.

scan docs or books to PDF, www.scanp

Na própria doutrina do Eu, de May (1973), implica-se a significação intrínseca dos atos, emoções e idéias, como condição de individualização da pessoa, por oposição à significação extrínseca de suas atividades. O homem tem que conviver com esse dilema entre a eficácia (e a significação extrínseca), de um lado, e a experiência (e a significação intrínseca), de outro, para que se afirme como um eu. O dilema humano é a consciência do determinismo e da liberdade pessoal em permanente conflito e convivência.

Ser um eu é ser capaz de oscilar entre a condição de objeto determinado e a de sujeito agente de sua própria expansão e criação. Qualquer ameaça a essa possibilidade de oscilação entre os dois estados de consciência implica o risco da morte do indivíduo enquanto *eu*.

A própria autoconsciência da sua natureza de mero objeto é uma forma de anulamento da própria individualidade como, de resto, seria o seu inverso: a perda de consciência da própria condição de ente determinado. Esse dilema foi abordado sob outros ângulos e títulos por Rogers, que o formula como o confronto entre "liberdade e compromisso", por Tillich, que o entende como "liberdade finita", e por Niebuhr, que o trata como oposição e conciliação entre "espírito e natureza".

A forma básica da ansiedade humana é, pois, a ameaça à capacidade de oscilar entre os dois estados de consciência e lembra irrecorrivelmente a concepção kierkegaardiana da ansiedade normal: o conflito entre as duas "naturezas" do homem é inevitável e necessário à sua individualização e expansão; tentar eximir-se do conflito acreditando-se apenas sujeito, ou resignando-se à condição de objeto são duas formas de ansiedade neurótica ou patológica.

Para Kierkegaard, como para a psicologia existencial, o dilema entre a consciência do determinismo e a da própria liberdade é a condição humana, é a ansiedade normal. A "liberdade" como concepção racional de si mesmo é um produto artificial da racionalidade e nesse sentido uma condição de ansiedade neurótica. Normal é a capacidade de *oscilação* entre objeto e sujeito, entre determinismo e liberdade; no dizer de Kierkegaard, "a vertigem de liberdade".

Conquistada a condição do *Eu*, cria-se para o homem a necessidade de preservar essa condição contra dois tipos de risco: o de ser reduzido a mero objeto e o de atribuir-se a natureza única de sujeito; em qualquer caso, a identidade pessoal está sob ameaça de destruição. A preservação e ampliação da autoconsciência é um processo de construção de relações pessoais únicas com as coisas e com os outros. É fundamentalmente a afirmação da própria capacidade de avaliar, a criação de um sistema pessoal de valores.

Daí surge outra ameaça de destruição, novo tipo de ansiedade: já não basta ao homem a conquista do *Eu,* da sua existência, pois a preservação desta implica a expansão da experiência e do autoconhecimento. O risco é o de cristalizar uma e outra, de modo a evitar a reconstrução do sistema de valores relativos a si mesmo, aos outros e às coisas, uma cristalização que reverte em anulamento da própria condição de sujeito e, portanto, na destruição do *eu.*

É neste campo que os textos básicos da psicologia existencial empreendem vastas excursões críticas sobre os sistemas sociais e políticos como pressões permanentes a ameaçar qualquer autoconhecimento e qualquer ampliação da experiência. Mais ainda, apontam nesses sistemas constantes incongruências entre valores e práxis, de um lado, e entre valores de vários tipos, de outro. A massificação nas atuais civilizações urbanas, a progressiva redução da margem de criação individual e a valorização da eficiência econômica em detrimento da ampliação da experiência pessoal são aspectos típicos de uma "era da ansiedade" em que a preservação da identidade individual é permanentemente ameaçada. Os valores e as exigências postas para a sobrevivência física em uma tal civilização constituem sinais de um perigo: o de perder a própria identidade e autonomia valorativa, o perigo da "contração da autoconsciência".

As alternativas que as pressões sócio-culturais permitem são basicamente três: o conformismo, que é a negação do papel de sujeito avaliador, criador de valores, ou a rigidez que limita a ampliação da experiência no grupo social ou, ainda, a única possibilidade que aceita a ansiedade normal e portanto conjura a ansiedade neurótica: a aventura da expansão e renovação dos próprios valores, e assim a ampliação da própria existência. O aspecto ético dessa aventura é a coragem de ser, o ato supremo e soberano de afirmar-se e resistir como um eu, não como sujeito, nem como objeto, mas sim como sujeito-objeto.

Essa mesma coragem é invocada diante da ameaça à significação última de toda a aventura da afirmação do próprio eu. Só a coragem enquanto ato de fidelidade à existência-como-um-Eu permite enfrentar a finitude, nos seus aspectos mais brutais e inevitáveis para a condição humana de objeto: o inexorável determinismo da morte e da doença.

Ressurge aqui a coragem, não a coragem estóica, mas a de Kierkegaard e Nietzsche.

O determinismo se exerce diversamente para cada homem e desse modo cada Eu individual é um equilíbrio único entre o estado de objeto e o de sujeito; uma unicidade que é a identidade pessoal de cada homem existente. A ameaça a essa identidade, como foi dito, é uma fonte de ansiedade de poder igual ou até superior ao da finitude

biológica ou temporal. Mas, enquanto identidade, o homem é sujeito e existe como sujeito na medida em que cria seus valores e os preserva. Sua significação se identifica com o poder ou a potência de avaliar e de manter ou mudar soberanamente seus valores.

No interminável conflito entre o determinismo e a afirmação da liberdade, ou autonomia valorativa, algum valor vital pode ser ameaçado pela imposição das exigências físicas ou sociais, ou das evidências do conhecimento. Quando o valor contestado ou ameaçado se identifica com a sobrevivência da própria identidade ou, nos termos de May, "quando o valor ameaçado é identificado pelo indivíduo com a sua existência como um eu" surge um novo tipo de ansiedade. Uma crença religiosa, a confiança em uma teoria científica ou numa pessoa amada são valores cuja falência atinge diretamente a identidade e, por ela, o Eu. O risco implicado é vital, pois não atinge o Eu por uma prepotência do determinismo a limitar o sujeito em favor do objeto: é o próprio sujeito que corre risco de vida. É o papel de sujeito valorante que perde significado.

Nesse ponto a psicologia existencial explica, em seus termos, o princípio kierkegaardiano de que "quanto mais possibilidades criativas um homem tem, maior a sua ansiedade potencial". Quanto mais as possibilidades de criar valores, maior o risco de ver-se atingido, quando um deles, vital, se apresenta precário e lábil.

Em resumo, as fontes de ansiedade são sempre eventos que precedem um dano grave, o qual pode ser a finitude (morte, doença, decadência física) ou a perda do próprio *Eu* (perda de identidade, insignificação) ou a inconsistência entre o sistema pessoal de valores e as evidências racionais de falência de um valor.

Mas, além de mencionar e discutir tipos de ameaças geradoras de ansiedade, a psicologia existencial não é explícita quanto à natureza do estado gerado por tais ameaças que, em verdade, se referem a um perigo único: o da morte (física ou do Eu). O estado de ansiedade é vagamente especificado tanto por May como por Tillich; só o primeiro, aliás, demonstra algum interesse, reduzido, pelo assunto. É um estado de apreensão e insegurança diante de um evento que apenas anuncia um perigo; essa insegurança acompanha-se de processos fisiológicos de ativação, sendo aquela e esses altamente aversivos, penosos. É tudo o que se encontra, numa ou noutra forma, na obra de May, sobre as características do estado de ansiedade (May, 1971).

Uma análise do conceito de ansiedade na psicologia existencial não acresce muito ao conhecimento da natureza desse estado, que se pode extrair da simples reflexão sobre o pensamento de Kierkegaard e o de Nietzsche.

Há mais a colher, a esse respeito, na obra de Freud, repetidamente ocupada em definir processos e relações funcionais inferíveis, se não observáveis. Para uma teoria da ansiedade a originalidade da contribuição da psicologia existencial se concentra em dois aspectos. O primeiro é a ênfase em ameaças subjetivas, e numa sobrevivência que nada tem a ver com os pressupostos evolucionistas darwinianos (que ecoam poderosamente na abordagem da análise experimental à ansiedade). O segundo é a tradução da teoria nietzschiana da vontade de potência em termos psicológicos, com seu corolário da capacidade de avaliar como o núcleo da existência psicológica e da criatividade humana.

A primeira contribuição conduz a teoria a admitir sinais de perigo que surgem, não dos eventos ambientais externos e atuais, mas do próprio repertório de idéias e valores do indivíduo. É uma ampliação do conceito, que ressalta a excessiva simplicidade dos paradigmas operantes e, mesmo, do modelo freudiano. Nos modelos behavioristas, tanto o sinal como o dano residem no comércio com o ambiente externo; e nos esquemas de Freud, embora se incluam perigos internos, os sinais de tais perigos estão preponderantemente nos eventos externos. A psicologia existencial dá uma formulação mais estruturada do perigo interno, embora deva reconhecer à abordagem freudiana uma vasta vantagem na especificação da natureza do processo ansioso.

A segunda contribuição da psicologia existencial sublinha a necessidade de uma ameaça à potência humana, como condição universal da ansiedade, já que a existência é afirmação da "vontade de potência" nietzschiana, ou a auto-afirmação do ser ante o não-ser, como diz Tillich (1972).

Os três tipos de origens da ansiedade, apresentados por May, recebem uma formulação mais profunda em *A Coragem de Ser*, de Paul Tillich, sem que o conteúdo do assunto se altere substancialmente.

Tillich é mais conciso e mais lógico e suas palavras merecem citação integral já que mostram com meridiana clareza que os velhos tipos de ansiedade que preocupavam os estóicos, Spinoza, Kierkegaard, Nietzsche e Freud, apenas ganham nova roupagem e uma conotação mais nítida, na psicologia existencial.

"Sugiro que distingamos três tipos de ansiedade, de acordo com as três direções nas quais o não-ser ameaça o ser. O não-ser ameaça a auto-afirmação 'ôntica' do homem, de modo relativo, em termos de destino, de modo absoluto, em termos de morte. Ameaça a auto-afirmação espiritual do homem, de modo relativo, em termos de vacuidade, de modo absoluto, em termos de insignificação. Ameaça a

auto-afirmação moral do homem, de modo relativo, em termos de culpa, de modo absoluto, em termos de condenação..." "... A ansiedade básica é a ansiedade de um ser finito ante a ameaça do não-ser, não podendo ser eliminada. Pertence à existência mesma" (Tillich, 1972).

Quanto à natureza da ansiedade, enquanto estado psicológico ou psicofisiológico, Tillich é ainda menos explícito que May. Este, em *O Homem à Procura de Si Mesmo*, caracteriza o estado de ansiedade como ativação fisiológica, perturbações discriminativas e processos afetivos altamente aversivos (p. 33-36).

Uma esquematização desse estado e seus antecedentes funcionais levaria a uma representação pouco diversa da que amoldaria a concepção freudiana e com alguma semelhança à experimentalista. Um evento qualquer no ambiente externo ou na atividade intelectual ou afetiva assinala de modo mais ou menos mediato a iminência de perda do próprio eu; nessa situação, ocorrem descargas autonômicas e comprometimento do desempenho intelectual ou motor. Esses efeitos são mais intensos quando a verdadeira natureza da ameaça ou do perigo é obscura, quando "derruba os suportes da autopercepção" (May, 1971). Na linha freudiana de pensamento, May sustenta que a ameaça clara e objetiva gera o medo e um curso de ação defensiva, funcional, e que a ameaça imprecisa e global gera a ansiedade e a desorientação da ação. "A ansiedade desorienta o ser humano, afastando o conhecimento nítido do que e de quem ele é, enevoando a realidade que o rodeia..." "É nesta confusão referente a quem somos e o que deveríamos fazer que reside o aspecto mais penoso da ansiedade."

Parece-nos que há pouco a acrescentar a esses trechos para apontar que, segundo a psicologia existencial, a ansiedade implica necessariamente a percepção de impotência, que esta resulta de obscuridade ou ambigüidade discriminativa da situação e que é na percepção da impotência que reside o aspecto aversivo da ansiedade. O verdadeiro perigo na ansiedade é então a iminência de repetição da sensação de impotência.

O que, parece-nos, era o núcleo do conceito freudiano de ansiedade neurótica.

Processos cognitivos na ansiedade

A ansiedade é, de algum modo, um estado percebido de certa maneira, conseqüência de certos eventos e gerador de comportamentos. Inclui elementos antecedentes e conseqüentes. Na tradição filosófica, dos estóicos a Nietzsche, como vimos, a preocupação é maior com a natureza ontológica e ética desse estado, do que com as relações funcionais ou causais entre ele próprio, seus antecedentes e seus conseqüentes. A própria natureza dos antecedentes, quando tratada, o é em forma ampla, abstrata. Freud distribuiu sua preocupação entre caracterização do estado, natureza dos seus antecedentes, natureza das conseqüências mais remotas e relações entre esses vários elementos. Na abordagem experimentalista, a ênfase maior é sobre a natureza dos antecedentes e conseqüentes, definidos operacionalmente, e sobre as relações funcionais entre os primeiros e os segundos sem qualquer interesse maior sobre a natureza do estado de ansiedade. A psicologia existencial formulou vagas categorias funcionais de antecedentes e não contribui significativamente para esclarecer o estado resultante e suas conseqüências próximas ou remotas.

A natureza dos antecedentes e suas relações com o estado psicofisiológico resultante são problemas tratados principalmente em dois tipos de abordagem: a experimentalista e a cognitivista.

Na primeira, conforme seus textos mais representativos, os antecedentes consistem na presença de um comportamento (positivamente motivado) em curso e na apresentação de períodos de S^1-S^2, sendo S^1 um estímulo que assinala a iminência de S^2, uma condição aversiva. Mas, a rigor, o antecedente funcional é apenas S^1 ao qual se atribuem uma função de eliciador condicionado de respondentes autonômicos e uma função reforçadora negativa secundária. Um som que precede regularmente um choque produz as alterações da ativação fisiológica e estabelece a potencialidade de reforçamento secundário negativo, conforme diz Schoenfeld (1950). Não é fácil saber o que significa "potencialidade de reforçamento", mas é claro que tal reforçamento é impossibilitado pelo procedimento de Estes e Skinner (1941), des-

crito por Schoenfeld. Então resta admitir que S^1 é um estímulo aversivo secundário, mais que um reforçador secundário. Dessas duas funções de S^1 depende, em essência e atributos, o estado de ansiedade e essa dependência é direta, imediata. O S^1 é condição necessária e suficiente para que ocorra a ativação fisiológica com seus efeitos sobre o comportamento, sem que se deva invocar qualquer processo explicativo outro que as mencionadas funções de S^1.

A abordagem cognitivista caracteriza-se precisamente por admitir que a ansiedade implica processos de conhecimento, além das funções dos estímulos. Dois trabalhos de significação teórica nesse campo: o de Lazarus (1966) e o de Mandler e Watson (1966) serão comentados a seguir, como exemplos de uma abordagem cognitivista de ansiedade. Conquanto ambos se alicercem em dados experimentais abundantes, mesmo obtidos, por vezes, em estudos com animais, as explicações que aduzem permitem distingui-los da abordagem experimental ou, melhor, comportamentista e designá-los genericamente como expressões de uma perspectiva cognitivista.

O trabalho de Lazarus (1966) é *Psychological Stress and the Coping Process*. Nele há uma crítica extensa e minuciosa de concepções teóricas da ansiedade, outras que a do autor. Essa crítica levanta questões teóricas decisivas que importa discutir aqui para caracterizar uma interpretação cognitivista e para assinalar algumas perguntas cruciais e gerais relativas à teoria da ansiedade.

A primeira questão é: a ansiedade é uma resposta ou uma condição estimuladora? Num tratamento genuinamente filosófico a ansiedade é resultante de atos cognitivos. Qualquer que seja seu conteúdo em pormenor, ela é sempre um estado de desprazer, insegurança ou impotência derivado do conhecimento da iminência da morte, da prepotência do irracional ou da perda de significação. É a tomada de conhecimento desses aspectos da finitude humana que gera a ansiedade e nisso é possível aliar o pensamento estoicista ao de Spinoza, de Kierkegaard e Nietzsche. A ansiedade é, assim, uma resposta a um ato de conhecimento que implica percepção, memória, juízos de realidade e valoração. Similarmente, para Freud, a ansiedade é uma resposta mais ou menos automática a objetos do ambiente externo e/ou a processos de interpretação de tais objetos, enquanto da perspectiva comportamentista é uma resposta à mera apresentação de um objeto associado anteriormente a uma dada história pessoal. Na psicologia existencial entende-se a ansiedade como resposta à tomada de conhecimento da iminência de morte, limitação ou insignificação, nos moldes da filosofia existencialista.

Mais explicitamente ou mais tacitamente, todas as abordagens mencionadas acima entendem a ansiedade como efeito, se não como

resposta isolável e quantificável. E nem poderia a ansiedade resultar do nada ou ser causa de si mesma.

Importa, pois, considerar aqui se a produção de tal efeito implica ou não processos cognitivos, subentendendo-se que, enquanto efeito, a ansiedade pode ser uma resposta, reação, estado fisiológico, estado emocional ou tudo isso a um só tempo.

Para Lazarus (1966), é uma resposta afetiva, uma "experiência de um estado afetivo disfórico" qualquer que seja a procedência da estimulação desencadeadora: o ambiente externo ou um impulso interno. Assim fraseada, a ansiedade não se distingue de qualquer estado ou condição afetiva aversiva. A especificação do estado de ansiedade também não se consegue atribuindo-lhe como característica específica a de motivar comportamentos de fuga ou esquiva, ou as "defesas" freudianas: outros estados, designados por outros títulos, também motivam tais comportamentos. E de pouco serve, ademais, o recurso restante de considerar a ansiedade como variável interveniente entre as condições de estímulo e as alterações comportamentais e fisiológicas. Permanece, a juízo de Lazarus, a inespecificidade da definição do estado (interveniente).

O que distingue a ansiedade de outros estados afetivos e lhe dá especificidade é sua dependência de uma ameaça, de uma percepção de perigo: a ansiedade é um estado que resulta da apresentação de um *sinal,* um estímulo que significa algo. É neste ponto que a abordagem cognitivista baseia sua coluna mestra.

Qualquer conceituação que se adote, filosófica, freudiana ou existencial, implica a percepção de um evento ou estímulo, como antecedente necessário de um dado estado; se entendemos a mera percepção como uma atividade cognitiva não há como fugir de um enfoque cognitivista da ansiedade, principalmente quando tal estímulo não é um objeto físico mas uma idéia, uma lembrança. Pode-se admitir que a simples percepção de um som, por exemplo, não seja uma atividade cognitiva e, neste caso, a conceituação comportamentista é uma alternativa à perspectiva cognitivista.

Entretanto, um ato de conhecer algo como ameaça implica a atribuição, a um dado estímulo, de um significado específico, resultante da experiência precedente com tal estímulo ou condições similares. Não é a percepção de um som que gera ansiedade: é a percepção de um som com seu significado. E a atribuição de significado é um processo cognitivo de interpretação: a ansiedade resulta da *interpretação* do estímulo como ameaça. O trabalho de Estes e Skinner (1941) desconsidera quaisquer processos cognitivos na definição de ansiedade, mas o procedimento que emprega destina-se a tornar um

estímulo neutro, capaz de eliciar ativação fisiológica e de atuar como estímulo aversivo condicionado; um "sinal de alarme" ou um "estímulo pré-aversivo". À parte as cautelas terminológicas, o que o procedimento e a definição comportamentista envolvem é a transformação de um estímulo neutro em estímulo com certas funções inclusive a de sinalização.

Não parece uma distorção entender-se, aqui, que tal procedimento dá um significado a um estímulo anteriormente neutro. A diferença entre a abordagem cognitivista de Lazarus e a comportamentista reside na exclusão ou admissão de uma atividade cognitiva de interpretação do som como ameaça, atividade que seria intermediária entre o som (percebido) e seus efeitos fisiológicos e comportamentais. A formulação de Lazarus (1966) se desenvolve a partir de três idéias mestras: a de que a ansiedade é uma resposta (à avaliação da ameaça); essa avaliação é essencial para caracterizar a ansiedade como um estado emocional específico; a avaliação é um processo cognitivo com características de variável interveniente.

Essa concepção é, antes de tudo, intrigante: qualquer das abordagens da ansiedade acima apresentadas implica a admissão de um estado aversivo, antecedido (mediata ou imediatamente) pela percepção de iminência de dano, envolvendo um estímulo ou evento, com função de sinal. Pouco muda considerar-se que o S^1 comportamentista é um eliciador que acumula a essa função a de estímulo aversivo secundário, pois sua eficácia supressiva cessa quando suas características variam, indicando com isso (mesmo descartadas outras evidências) sua função discriminativa. O dano sinalizado não é necessariamente a apresentação de um estímulo aversivo: pode ser apenas a impotência diante da força incontrolável do impulso irracional ou do imprevisto como apontaram os estóicos, Spinoza, Kierkegaard, Nietzsche, Freud e os experimentadores que mostraram supressão condicionada positiva, ao lado dos representantes da psicologia existencial.

Atavismo, aprendizagem, instinto, resquícios de trauma do nascimento, vontade de potência, apego ao Eu são tentativas diversas de explicação de um fato único: certos eventos atuam ou passam a atuar como sinais de perigo, como ameaças, seja de sofrimento, seja de impotência, ou de aniquilamento físico ou psicológico. Esses eventos só causam um estado aversivo quando efetivamente sinalizam iminência daquelas condições, isto é, quando ameaçam. A última concepção a absorver essa interpretação seria a comportamentista que, por sua vez, admite a extinção dos efeitos de S^1 como o procedimento básico de atenuação da ansiedade, por dissociação entre S^1 e S^2. Parece decorrer, logicamente, que, sem sinalização de condição aver-

siva, não há estado aversivo e sem esses dois elementos não há ansiedade; e isto cabe a todas as posições teóricas mencionadas.

Em que, pois, reside a originalidade maior da contribuição cognitivista de Lazarus? Primeiro, no evidenciar tais aspectos nas demais formulações e, segundo, na consideração de que a avaliação de um estímulo como ameaça é um processo cognitivo com características de variável interveniente entre o estímulo e o estado "disfórico" conseqüente, com seus desdobramentos fisiológicos e comportamentais.

A primeira contribuição só nos parece discutível, como qualquer afirmação verbal, em seus aspectos semânticos: que se entende por *estado,* por *ameaça,* por *avaliação* etc.?, pontos que, de um modo ou de outro, ifirmam a querer-se qualquer das teorizações resumidas anteriormente, que tratam com termos como *impotência, impulso, eventos, estímulos, reação, ativação, desempenho* etc. . . . É a segunda contribuição de Lazarus que desperta questões mais relevantes: o processo cognitivo de avaliação da ameaça, como variável interveniente entre o estímulo e o comportamento instrumental ou reflexo resultante.

Em que consiste a *avaliação?* É necessário que se revista de identidade própria, de modo a não diluir-se, parte na conjuntura estimuladora e parte na reação comportamental. De outro modo não seria uma condição interveniente, com função motivadora ou eliciadora.

Há, sem dúvida, um poder integrador considerável no conceito de avaliação da ameaça que, como exposto acima, unificaria diversas posições teóricas e numerosos resultados experimentais. Mas o conceito reveste também, como se verá, um alto grau de abstração, o que não lhe tira legitimidade e eventual fecundidade teórica mas lhe mostra a pouca parcimônia e torna discutível sua função de *variável:* a avaliação é, mais, uma construção hipotética que uma *variável* interveniente.

Lazarus (1966) escreve: "A noção de avaliação nos obriga a admitir uma certa personalidade (que compreende certos motivos, expectativas, maneiras de pensar) a respeito dos aspectos de uma situação que são relevantes para serem ameaçados. . ." A quantidade de aspectos mencionados indica claramente a multiplicidade de eventos e relações que determinam a avaliação, de um lado, e constituem o significado desse termo, de outro.

Pode-se entender, desse trecho, que a avaliação resulta dos motivos individuais, das expectativas de cada pessoa e de sua maneira de pensar. Se fosse possível distinguir uma dessas coisas das outras e não fossem elas interdependentes e mutuamente determinantes, o conteúdo designado pela palavra *avaliação* já seria demasiado abstrato.

E se torna mais abstrato ainda, quando não se identificam as relações desses elementos com o processo cognitivo de avaliação, que os implica. A *avaliação* é mais um construto a designar o entrejogo de múltiplas variáveis que uma variável *per se*, interveniente que seja.

A *avaliação* padece, a nosso ver, da mesma inespecificidade do estado de ansiedade, que pretende reduzir e reduz, mas em nível de alta abstração. Por designar a resultante de muitas e heterogêneas condições, seus limites se diluem e sua identidade como processo cognitivo específico se torna um tanto nebulosa. Por duas razões: porque sua definição supõe a definição de *ameaça* e porque a distinção funcional entre o estímulo avaliado e o processo de avaliação é surpreendentemente duvidosa, não obstante a elegância formal do conceito e a nitidez da diferenciação lógica entre estímulo e avaliação.

Discutiremos brevemente esses problemas, a seguir.

Simplificadamente, o processo cognitivo de avaliação de um estímulo conduz à percepção dele como ameaçador (ou como *ameaça*), dependendo das propriedades desse estímulo e de suas relações com a experiência precedente do sujeito que avalia. Por outro lado, Lazarus insiste que é a avaliação, como processo cognitivo, que determina as reações caraterísticas de *stress* e que, quando tais reações ocorrem diante de uma ameaça, existe ansiedade. Chega-se então à dúvida: são as propriedades da situação estimuladora que determinam a *avaliação* de ameaça ou, sendo aquelas "neutras", é a avaliação que lhes confere as propriedades de ameaça? Em outros termos, caberia indagar se é possível ameaça sem avaliação e avaliação sem ameaça, ou qual é o papel das propriedades perceptivas do estímulo na avaliação. E, indo além, como determinar se e quanto as propriedades perceptivas de um estímulo são o produto ou a causa de uma avaliação dele como ameaçador?

Lazarus reconhece "a abstração e complexidade do processo de avaliação e sua dependência de significados derivados da experiência passada...". Então esses significados são propriedades do estímulo? Diz mais Lazarus: "...o conceito de ameaça tem duas propriedades principais: Primeiro, ele é *antecipatório*, envolvendo expectativas de dano futuro. Segundo, ele é *dependente de cognições*, tais como percepção, aprendizagem, memória, julgamento e pensamento". Pode-se deduzir que o aspecto antecipatório independe das cognições mencionadas e então seria uma propriedade do estímulo como tal, o que permitiria dizer que parte da ameaça é propriedade do estímulo e parte resulta das cognições. A bem da parcimônia, conviria mais entender que um estímulo, quando percebido como sinal de dano iminente, desencadeia reações típicas. Mas aqui a natureza genérica do conceito de estímulo precede e transcende, como dificuldade epistemológica e

lógica, as dubiedades da posição cognitivista de Lazarus: se um estímulo o é enquanto produz reação, ele é um estímulo X ou Y, dependendo do tipo de reação que produz. O efeito define as propriedades da causa, numa indisfarçável circularidade. Há duas soluções extremas para esse impasse: ou o estímulo tem propriedades intrínsecas capazes *per se* de gerar reações típicas, ou se admite que o estímulo é eficaz, ou não, independentemente de suas propriedades e na dependência de alguma elaboração cognitiva dessas propriedades intrínsecas. Ora, tais propriedades realmente intrínsecas não são mais que as dimensões físicas do estímulo. Um som não poderia produzir medo, susto ou ira, nem poderia chamar alguém à porta ou a dizer alô ao telefone. A percepção envolve, de fato, mais que as meras recepções sensoriais. E então quando se diz que um estímulo S^1 adquire uma certa função, está-se dizendo apenas que sua percepção mudou. E mudar uma percepção é mudar o estímulo, ou mudar a maneira de o organismo reagir a ele, ou seja, a resposta? E o problema permanece. No texto de Lazarus ora é a *ameaça* a condição *sine qua non* da ansiedade, ora é a *avaliação*. Como se fosse dito que a ansiedade ora resulta de propriedades da situação estimuladora, ora deriva de processos de elaboração cognitiva dessa.

Para efeitos de elaboração de uma teoria da ansiedade, parece, esse dilema é secundário e exige reflexões adiáveis. O que importa na concepção de Lazarus é a indicação de que um processo perceptivo específico é condição geradora de *stress*, envolvendo ativação fisiológica e respostas afetivas no caso da ansiedade (neste ponto é acessório o problema de determinar se uma percepção de certo tipo é alteração no estímulo ou no organismo), e que tal processo perceptivo implica a experiência anterior do sujeito. De Freud e de Schoenfeld pode-se afirmar, genericamente, o mesmo. Mas, por insistir no modo de percepção do estímulo, Lazarus indica a preponderância das funções discriminativas da situação estimuladora sobre seu poder eliciador ou motivador.

A concepção cognitivista de Lazarus condiciona essas funções às discriminativas, colocando entre as propriedades discriminativas e as motivadoras e/ou eliciadoras um processo de avaliação. As primeiras determinam as segundas e o núcleo da definição da ansiedade residiria nos aspectos discriminativos de uma situação.

Foi dito anteriormente que outra dificuldade da formulação de Lazarus era a natureza do processo de avaliação: sua identidade como processo cognitivo específico é questionável.

Mais precisamente, essa identidade é posta em causa por dois argumentos: a avaliação como atividade cognitiva pode ter diferentes níveis de *awareness*, termo que, por facilidade, traduziremos por cons-

ciência. A tal respeito escreve Lazarus: "Há dois tipos de observações... que encorajam a postular uma atividade psicológica da qual o indivíduo não está consciente ou está parcialmente consciente, ou ligeiramente consciente. Uma é que os indivíduos freqüentemente relatam estar ameaçados e parecem incapazes de especificar o estímulo ameaçador...". "A segunda observação é que freqüentemente se observam contradições entre as evidências de estados afetivos derivados da introspecção e os que se inferem das reações comportamentais ou fisiológicas ao *stress*. Uma solução teórica dessa contradição é inferir que o indivíduo não tem consciência dos impulsos, sentimentos ou atitudes ameaçadoras, embora estejam presentes de algum modo."

Nosso primeiro argumento é: um ato cognitivo de avaliação implica o confronto da percepção atual das propriedades do estímulo com informações da experiência anterior. Como assegurar a evocação dessa experiência e, mais, aquele confronto, sem que o indivíduo esteja consciente da experiência, do estímulo, e do confronto?

A motivação resulta do confronto, da interpretação do estímulo, de uma elaboração do conhecimento, que confere ao estímulo propriedades de ameaça. Mas se há reações de ameaça sem que um estímulo apareça ao nível de consciência como ameaçador, é de boa lógica e conforme a parcimônia admitir que há reações a um estímulo como ameaça sem que esse aspecto de ameaça derive de elaboração cognitiva, mas bastando um certo modo de percepção.

A mera percepção do estímulo num contexto de outros estímulos substituiria a idéia da avaliação cognitiva (como processo interveniente) que seria reduzida às propriedades perceptuais de um conjunto de estímulos. A segunda observação de Lazarus propõe como solução para a contradição de duas inferências uma terceira inferência (1966, p. 76). Desse modo, quando o relato introspectivo refere sentimento de ameaça, descartam-se as evidências em contrário, e quando o relato não o menciona, similarmente, é necessário desconsiderar-se o relato e inferir a avaliação, a partir das evidências comportamentais ou fisiológicas. Requer-se a existência então de uma avaliação, ainda que as evidências não a indiquem.

Uma segunda questão sobre a identidade do processo de avaliação também deriva da admissão de uma avaliação inconsciente, à qual Lazarus acrescenta: "O que aparece facilmente no relato do paciente é o produto das defesas" entendidas no sentido freudiano. Ora, se tais defesas distorcem a própria percepção do estímulo e do processo mesmo de avaliação, qual é o verdadeiro estímulo interpretado como ameaça? Um estímulo já distorcido em suas propriedades objetivas? Ou a distorção defensiva é de per si uma avaliação que condiciona a avaliação cognitiva inferida?

Mais uma vez parece que o caminho mais construtivo para uma teoria da ansiedade é a análise das propriedades perceptuais do estímulo considerado e as propriedades dos estímulos concomitantes à apresentação daquele.

O som de uma sirene seria ameaça ou não, dependendo da situação estimuladora mais global em que aparece. Além da segurança metodológica que tal postura propicia, deve-se assinalar a parcimônia que reveste, e seu poder integrador de dados experimentais disparatados.

A nosso ver, os diferentes níveis e tipos de *awareness*, que ocupam vários capítulos do texto de Lazarus, constituindo sua análise do processo de avaliação da ameaça, correspondem a diferentes propriedades — manipuláveis, a nosso ver — da situação estimuladora global em que ocorrem as reações típicas da ansiedade (fisiológicas e comportamentais). De fato, Lazarus distingue diferentes aspectos, com respeito aos quais o nível de consciência (*awareness*) pode variar. São eles: "Os detalhes do estímulo, as propriedades do sistema psicológico que tornam ameaçador um dado estímulo, as relações entre o estímulo e o sistema psicológico que ele ameaça, as contingências e limitações envolvidas no enfrentar a ameaça e, por último, a reação emocional mesma". Pode-se reescrever esses aspectos do processo de avaliação nestes termos: as reações características da ansiedade ocorrem quando uma situação contém estímulos que indicam impossibilidade de um desempenho funcional diante de certos outros estímulos que na experiência anterior do sujeito adquiriram propriedades de alterar diferentes estados motivacionais. Esses estímulos podem localizar-se no ambiente externo, ou fazer parte das próprias reações emocionais. O trecho citado encerra alguma contradição: ora são as propriedades do sistema psicológico que conferem ao estímulo característica de ameaça, ora o sistema psicológico é ameaçado pelo estímulo. No primeiro caso, pode-se entender que o sistema psicológico é ou implica a avaliação, pois é dele que resulta a qualificação ameaçadora do estímulo; mas tal interpretação é incompatível com a formulação do segundo caso, em que o estímulo ameaça o sistema psicológico.

A contribuição de Lazarus à teoria da ansiedade apresenta diversas dificuldades, como se pode deduzir dos comentários precedentes. Sua importância maior está em provocar a ênfase sobre as propriedades da situação estimuladora e nas características perceptivas dos estímulos, ênfase que não se inclui nos pressupostos da posição de Lazarus, mas que decorre das dificuldades e contradições envolvidas no sistema de inferências em que se fundamenta.

Em todas as abordagens examinadas até aqui, a ansiedade é tida, basicamente, como um estado aversivo diante de uma situação ou um

estímulo que, de algum modo, sinaliza a iminência de um dano, uma condição aversiva. Lazarus (1966) concentra sua atenção sobre o processo que liga tal estímulo ao estado aversivo de ansiedade, procurando os mecanismos requeridos, na atividade cognitiva do sujeito, entre a apresentação do estímulo e o surgimento do estado aversivo. Dá, assim, um passo além das formulações filosóficas e as da psicologia existencial que apenas *pressupõem* processos de conhecimento como antecedentes da ansiedade enquanto estado. Mas, o mecanismo interveniente de Lazarus padece de deficiências metodológicas evidentes, não obstante a elegância teórica que reveste. A deficiência maior reside na dificuldade de atribuir-se inequivocamente a origem da função ameaçadora do estímulo às propriedades deste ou ao processo de percepção ou, ainda, a alguma elaboração cognitiva complementar ou transcendente à percepção mesma. É por esses três aspectos que se distribuem as várias teorias no que tange ao *mecanismo* da gênese da ansiedade. É fácil ver que do primeiro ao terceiro a implicação de processos de conhecimento apresenta uma gradação crescente e que o nível de abstração permitido também aumenta de um para outro.

A abordagem comportamentista ao mecanismo da gênese da ansiedade situa-se no nível mais baixo de abstração e não inclui processo cognitivo algum entre o estímulo e as atividades que constituem o estado de ansiedade.

Na teoria de Freud são admitidos processos cognitivos pouco especificados, quase sempre inconscientes, de evocação de experiência anterior relativa a estímulos similares, mas tais processos constituem um modo de percepção referida tanto àquele estímulo como a outros, incluindo os derivados das próprias reações emocionais autonômicas. Na obra de Lazarus, por outro lado, as propriedades do estímulo só motivam respostas (afetivas e comportamentais) *via* avaliação, através de um processo cognitivo que tem início e fim após a mera percepção do estímulo e antes das respostas. A abordagem de Lazarus apresenta, pois, o nível mais alto de abstração, ao explicar a gênese do estado de ansiedade, admitindo processos cognitivos intervenientes.

O desenvolvimento global da ansiedade, segundo Lazarus (1966), pode resumir-se assim: um dado estímulo apresentado é avaliado como ameaça a algum sistema psicológico, quando produz a antecipação de um bloqueio a algum motivo. Assim, a ameaça tem duas características: envolve expectativa de dano futuro e depende de processos cognitivos. Uma vez que a avaliação confira ao estímulo funções de ameaça, ocorrem reações de dois tipos, afetivas e comportamentais, típicas de estados de *stress*. Em termos mínimos, a ansiedade é o estado de *stress* quando produzido por uma ameaça.

A natureza do dano esperado ou ameaçado lembra facilmente a concepção de Nietzsche e Freud sobre a repressão ou bloqueio de um impulso ou instinto, embora o conceito de "sistema psicológico" de Lazarus se refira a qualquer motivação existente. Mas o substrato filosófico continua o mesmo: um impulso mais ou menos poderoso é ameaçado de repressão, estabelecendo-se, em conseqüência, um estado "disfórico", aversivo. Esse estado implica a avaliação da possibilidade maior ou menor de realização do impulso, uma avaliação que depende, em grande parte, da experiência anterior (sob a forma de cognições). Quanto mais nítida a antecipação da impossibilidade de dar livre curso a um motivo ou impulso, mais intensas serão as reações afetivas e comportamentais de *stress*, incluindo-se, obviamente, a ativação autonômica.

Esse pensamento não é muito diverso da idéia freudiana das reações de ansiedade como produto de um estímulo que sinaliza ou indica a iminência do sentimento de impotência.

G. Mandler e D. L. Watson publicaram em 1966 um trabalho intitulado *A Ansiedade e a Interrupção do Comportamento*, no qual desenvolvem a idéia de que "a interrupção de uma seqüência organizada de comportamento serve como uma condição suficiente para evocar ansiedade". O trabalho de Mandler e Watson não configura uma abordagem exclusivamente cognitivista, pois nenhum processo cognitivo específico é apresentado como variável independente *sine qua non* da ansiedade, embora algumas modalidades de ansiedade derivem de alterações em processos cognitivos. É por isso que se comenta neste capítulo o trabalho citado. Por isso e pela originalidade da concepção de Mandler e Watson sobre a ansiedade, tomada na sua acepção geral. Uma concepção que abre amplas possibilidades de investigação experimental.

É uma abordagem que ostenta duas características preciosas em uma teoria: simplicidade e inclusividade. Diz Mandler (1964): "A interrupção de uma seqüência integrada de respostas produz um estado de ativação (*arousal*) que será seguido de comportamento emocional" (Mandler e Watson, 1966). E mais adiante Mandler e Watson escrevem que "tal ativação visceral cria condições para uma ampla variedade de diferentes emoções cujo caráter específico é determinado por fatores ambientais e cognitivos".

A primeira citação envolve uma contestação à idéia geralmente aceita de que as reações de ansiedade devam derivar da apresentação de um estímulo que sinalize dano ou punição: o simples impedimento do completamento de uma seqüência aprendida de respostas pode gerar ansiedade (na dependência de outros fatores). Aqui se coloca em discussão se o S^1 de Estes e Skinner ou os diferentes objetos ge-

radores de ansiedade na teoria freudiana exercem tal efeito por funcionarem como *sinais de perigo,* estímulos pré-*aversivos* ou *aversivos condicionados,* ou se a eficácia lhes deriva do simples fato de interromperem seqüências de comportamentos aprendidas ou planejadas como um todo unitário. Diversas teorias que comentamos anteriormente supõem no estímulo (ou em processos cognitivos conseqüentes) a função de bloquear ou impedir a consumação de impulsos ou motivos, notadamente a teoria freudiana e a de Lazarus (1966). Mas o que intriga, na acepção de Mandler e Watson, é que, para eles, a interrupção é a mera descontinuidade criada numa seqüência de atividades aprendida ou planejada como um todo, na qual fins e meios, respostas e impulsos formam um todo unitário. Não é só o impedimento da redução ou satisfação do impulso, mas qualquer interrupção, em qualquer ponto da seqüência, que pode bastar para gerar a ansiedade.

A primeira citação contém ainda outro elemento-chave na teoria de Mandler e Watson: existe uma seqüência temporal definida que inclui a interrupção, a ativação visceral e o comportamento emocional.

Até esse ponto qualquer estado emocional é possível; haverá ansiedade (ou outro estado) conforme sejam "os fatores ambientais e cognitivos" presentes no momento da ativação visceral, autonômica, como diz a segunda citação.

A simplicidade da teoria se acentua quando, após a discussão de experimentos sobre interrupção, com animais e seres humanos, nos quais a ativação autonômica acompanha a operação de interrupção de seqüências de comportamentos, os autores formulam as condições essenciais para que ocorra ansiedade, maior ou menor: "O elemento essencial da variável independente em cada um desses estudos é a variação do grau de controle que o sujeito tem sobre a interrupção" ou mesmo o grau de controle "que o organismo espera ter sobre a apresentação ou retirada de estímulos potencialmente estressantes (*stressful*)".

A ansiedade como estado (incluindo ativação autonômica e comportamento emocional) resulta da percepção da impossibilidade de controle sobre a interrupção. Não é necessária a exposição precedente a estímulos aversivos, nem a apresentação atual de algum estímulo aversivo condicionado e — o que é mais importante — a antecipação ou previsão de um dano futuro não é condição geradora do estado de ansiedade. Pelo contrário: uma punição prevista ou antecipada passa a fazer parte de uma seqüência planejada ou prevista de comportamentos; a antecipação é uma condição inversamente proporcional à grandeza da ansiedade. De acordo com a teoria de Mandler e Watson

(1966) haveria maior ansiedade se um choque elétrico esperado, antecipado, não fosse liberado, na situação experimental.

É fácil perceber quanto esta proposição desafia outras teorias, notadamente a que se deduz dos trabalhos comportamentistas que comentamos anteriormente. No paradigma de Schoenfeld (1950), por exemplo, é condição essencial a manutenção do pareamento som-choque, S^1-S^2, de modo a assegurar a antecipação do estímulo aversivo primário. Para Mandler e Watson tal arranjo conduz, pelo contrário, à redução da ansiedade, pois a regularidade e repetição do emparelhamento conduziria a um certo grau de controle por parte do organismo sobre a apresentação de S^2, já que este passa a integrar uma seqüência planejada ou esperada de eventos comportamentais (incluindo respostas e estímulos). "O controle, mesmo se é o controle de algum evento aversivo, potencialmente interruptor, torna possível ao organismo planejar a seqüência de eventos a ocorrerem." A interrupção é então o elemento que confere ao estado de ansiedade seu caráter aversivo e de ativação autonômica.

Os elementos basilares da teoria são, portanto, os seguintes: a interrupção e o controle (ou expectativa de controle) são condições mutuamente excludentes, devendo-se à primeira o conteúdo aversivo do estado de ansiedade; o controle implica planejamento de uma seqüência de eventos, ainda que nela se incluam estímulos aversivos esperados, antecipados; a interrupção de uma seqüência em curso leva à percepção de perda de controle; dessa percepção resulta a ativação fisiológica que é parte do estado de ansiedade; a parte restante que são os distúrbios comportamentais típicos da emoção depende de mais uma condição: a percepção de inexistência de respostas alternativas, ou seja, a não-disponibilidade de tais respostas, ou ainda, a impotência *(helplessness)*; a experiência de impotência pode ulteriormente conduzir à antecipação da impotência.

Comentaremos, a seguir, esses pontos. A teoria de Mandler e Watson entende a ansiedade como uma contingência inevitável no fluxo do comportamento dos organismos e atenua-lhe o aspecto de acontecimento excepcional e de conflito de motivos específicos. Qualquer comportamento pertence a uma seqüência natural, aprendida ou esperada, em que se encadeiam alterações ambientais e atividades dos organismos; e qualquer dessas seqüências está sujeita a impasses devidos a eventos estranhos, supervenientes. Esse risco lembra de perto o risco da ansiedade normal kierkegaardiana.

A intensidade dos efeitos fisiológicos ou comportamentais desses impasses é função do grau de impotência que produzem. Segundo os autores, a impotência é a percepção de ausência de atividades alternativas que permitam prosseguir e completar a seqüência interrom-

pida. Essa impotência *(helplessness)* é, portanto, a falência do repertório de comportamentos, seja por carência de respostas seja por falta de estímulos discriminativos que indiquem a viabilidade de uma resposta disponível no repertório de experiências anteriores.

A impotência aqui difere da formulada por Freud, pois para Mandler e Watson ela não implica necessariamente o medo da força irracional do instinto; é apenas a percepção da impossibilidade (objetiva ou não) de prosseguir uma seqüência de ações ou, em termos mais fiéis ao texto, a perda do controle.

A função aversiva da ansiedade reside precisamente na percepção de perda do controle sobre o ambiente ou sobre o próprio organismo e não deriva, como sustentam de modos diversos Freud e os comportamentistas, na expectativa (ou na sinalização presente) de um evento penoso futuro. A proposição de Mandler e Watson subentende que a execução de uma seqüência, sem imprevistos, é reforçadora, homeostática ou de algum modo uma condição positiva, visto que a interrupção implica a aversividade, é penosa. É pressuposto, nessa teoria, que a controlabilidade, ou o controle, é uma motivação positiva e, quando conseqüência de alguma resposta, tem função reforçadora positiva.

A perda de controle tem como efeito a ativação fisiológica, e a falta de respostas alternativas conduz à impotência. Dessas condições resulta a desorganização do desempenho comportamental, característica da ansiedade. Caberia, então, indagar neste momento se a perturbação na freqüência de um operante em curso, evidência de ansiedade na abordagem comportamentista, seria apenas efeito de uma interrupção devida a S^1 e não a conseqüência de sua função aversiva (condicionada). A rigor, respeitados os pressupostos da teoria de Mandler e Watson, a supressão condicionada, de Estes e Skinner (1941), é o efeito da inexistência de respostas alternativas diante da interrupção do desempenho (em VI, por exemplo), mantido por reforçamento positivo. Desse modo, explica-se a aquisição gradual da supressão; ela só é completa (ou quase), quando todas as respostas alternativas aparentemente restauradoras do controle (sobre o ambiente e sobre o organismo) revelam-se (por ensaio e erro, ou por generalização de extinções anteriores) ineficazes ou inexeqüíveis.

Convém lembrar, antes de discutir outros aspectos, que também para Freud a ansiedade resultava de duas condições principais: o sentimento de medo e o sentimento de impotência, de modo semelhante ao das proposições de Mandler e Watson que formulam tais condições como a perda do controle e a inexistência de alternativas. Essas alternativas não são necessariamente, para Mandler e Watson, respostas de fuga ou esquiva e sim respostas que restauram o controle

sobre o curso das relações organismo-ambiente. Se alguma fuga ou esquiva existe não é a de um estímulo aversivo primário ou secundário, mas a que termina (ou evita) a impotência, com a recuperação do controle. Nesse ponto é quase impossível não lembrar a idéia de Nietzsche, da vontade de potência como a condição básica da existência humana, como o motivo fundamental da vida. E não custa lembrar também, já que potência e existência se equivalem, no nível ontológico, a abordagem da psicologia existencial que vê na percepção do risco de perder a "existência" (leia-se agora "potência") a essência da ansiedade humana.

A posse do controle, ou a potência, como realização de uma necessidade essencial do homem, é também preocupação constante, mais evidente ou menos explícita, de diferentes tratações filosóficas sobre a angústia humana. O domínio da vida pela reta razão, a direção racional dos impulsos, a condução da vida segundo a sabedoria, quando postos como condição de superação da dúvida, da incerteza e da força irracional das paixões, representam formulações pré-científicas de uma teoria da ansiedade, que atravessa os séculos como um substrato inarredável de qualquer explicação, científica ou não, dos estados emocionais humanos diante do imprevisto ou — por que não? — diante da interrupção de seqüências de ações, aprendidas ou planejadas.

Destoam desse contexto a posição estóica e suas derivações cristãs que previnem o risco da interrupção, através da renúncia ao planejamento individual ou, muito mais que isso, através da resignação ao imprevisto, pela fé numa razão suprema, que conduz a ver o imprevisto e a interrupção como parte de uma seqüência preestabelecida e transcendente. A resignação e o despojamento dos interesses pessoais que encontram sua feição cristã mais radical na doutrina inarticulada de Francisco de Assis (ed. Schneider, 1935), são recursos antiansiedade, como eram, na ética estoicista, a fidelidade aos desígnios do *Logos* universal e o desprezo dos prazeres e dos bens materiais.

O conceito de controle, que é elemento nuclear da teoria de Mandler e Watson, não se refere apenas à possibilidade de manipulação ativa sobre as condições do organismo e do ambiente. Existem eventos e cadeias deles, em que a atuação objetiva do organismo é praticamente nula. Em tal caso, a seqüência estará sob controle quando seu curso corresponde à expectativa do sujeito e haverá interrupção quando algum evento inadvertido determina a paralisação da seqüência esperada (planejada). A evolução dos debates em um tribunal pode corresponder à seqüência esperada pelo réu ou por seu advogado mesmo que a promotoria de quando em quando apresente argumentos ameaçadores. O controle se perde quando uma prova inesperada é

aduzida pelo promotor. Para um advogado experimentado, a situação ainda permite respostas alternativas e a impotência não se instaura. Diversa é a situação do réu que, em razão de carências de repertório, não percebe qualquer alternativa à frente: então à ativação produzida pela prova da promotoria soma-se a impotência e, assim, se instala a ansiedade. Mesmo em cadeias meramente cognitivas, nas quais não há nem mesmo emissões verbais, o controle falece quando sobrevém uma interrupção: acompanhar a declamação de um poema conhecido ou uma demonstração matemática implica perda de controle quando o declamador ou o aluno de álgebra omitem um passo importante da seqüência de versos ou de números. Esquecer um passo de uma aula preparada é outro exemplo de interrupção com seu efeito automático: perda de controle. O professor experimentado já foi submetido várias vezes a tais interrupções e aprendeu maneiras de fazer frente a elas e continuar sua aula, diversamente do mestre principiante. De modo análogo um ator experiente dispõe de respostas alternativas quando esquece uma frase do seu monólogo, contrariamente ao que ocorre com o ator principiante. O que difere de um a outro é a percepção de alternativas possíveis, que é nula no caso do professor ou ator inexperiente. É por isso que, no último caso, ao lado da ativação autonômica, a impotência se instala e então se constitui a ansiedade com seu efeito negativo sobre o desempenho. Embora a proporção de componentes cognitivos possa variar entre os vários exemplos de seqüências de eventos, qualquer seqüência enquanto esperada ou programada e mesmo enquanto mero produto de uma aprendizagem ordenada implica nexos cognitivos entre um evento e outro, sejam esses ambientais ou comportamentais.

Cada seqüência é um todo unitário no qual meios e fins são inseparáveis. Para Mandler e Watson essa integração de eventos é necessariamente o produto de processos cognitivos.

Embora a natureza de tais processos transcenda à observação direta, a teoria desses autores apresenta uma fundamentação experimental promissora, se não convincente. À parte a polêmica sobre a utilidade de se admitirem processos inferidos, que encontra no extremo oposto a abordagem comportamentista, é interessante perguntar, aqui, o que significa *associação* de um estímulo neutro a um aversivo, uma operação básica de Estes e Skinner (1941), e o que significa a afirmação de que a supressão é função do *tipo de esquema de reforçamento* ou, como formula Blackman (1972), a afirmação de que supressão ou facilitação são *efeitos dependentes de esquemas*. Cabe perguntar ainda em que consiste a *aquisição* dessa *associação* ou dessa *dependência*.

A referência costumeira à experiência anterior ou à história precedente de condicionamento não ilegitima a indagação sobre o modo de atuação presente dessa experiência ou história. Parece-nos que a única possibilidade de construir uma teoria de ansiedade isenta de processos cognitivos inferidos deve ser buscada, se desejável, na especificação das correlações *atuais* entre os diferentes estímulos de uma situação, de um lado, e as propriedades quantitativas e/ou qualitativas de classes de respostas observadas, de outro. Noutra expressão, é necessário determinar as funções discriminativas dos estímulos presentes. Embora permita chegar a uma operacionalidade maior da teoria, esse procedimento não fica imune à dúvida, já antes levantada: a função de um estímulo é propriedade dele ou é o resultado de um modo de percepção (com as implicações cognitivas da percepção)?

A teoria de Mandler e Watson, como temos mostrado, articula-se sobre a idéia de interrupção de uma seqüência aprendida ou esperada e trata assim exaurientemente de uma das fontes clássicas da ansiedade ao longo dos séculos: o imprevisto, a interrupção. Não parece dar ênfase às outras fontes, o irracional, a culpa e a morte. Essa distorção ou parcialidade é aparente, pois, segundo a letra e o espírito da teoria, o irracional, a culpa e a morte só geram ansiedade enquanto interrupções, enquanto imprevistos: já se disse que a natureza aversiva de uma condição não lhe confere poder de gerar ansiedade. É o seu eventual caráter de imprevisto, ou interrupção, que lhe possibilita produzir a ativação autonômica e a impotência. A dimensão de inclusividade da teoria de Mandler-Watson aparece clara e ampla neste ponto.

A culpa, por exemplo, é um sentimento que resulta de uma educação para não errar e para desfazer ou corrigir o erro cometido. Como o erro é anterior à culpa, a seqüência errar-desfazer se interrompe, já que o que está no passado não pode ser desfeito. Na cultura ocidental contemporânea "certas seqüências cognitivas, como o plano de corrigir os males praticados, são bem organizadas. Além disso, tais seqüências são organizadas de modo tal que há pouquíssimas seqüências substitutivas que possam ser executadas se a seqüência original é interrompida. O conhecimento de haver cometido o erro, portanto, ativará a seqüência para corrigi-lo, mas, se o ato está no passado e não pode ser corrigido, então a seqüência cognitiva é interrompida. Pode até não existir um substituto para a correção do erro. Por isso, a pessoa culpada é a que está continuamente ativando uma seqüência para desfazer o que não pode ser desfeito e por isso é continuamente interrompida nesta seqüência; ainda, não dispõe de qualquer resposta alternativa após a interrupção. Esta é a situação prototípica da ansiedade" (1966, p. 281).

A confissão ou a punição do erro aliviam a ansiedade porque constituem novos cursos de ação após o impasse (ou interrupção) na seqüência inviável e repetitiva para desfazer um erro passado. "Confissão e punição permitem à pessoa culpada completar uma seqüência substitutiva."

A morte, por sua vez, enquanto parte de uma seqüência planejada, não é necessariamente fonte de ansiedade.

O eremita que inclui a morte como passo intermediário de uma vida espiritual eterna não tem por que sentir-se ansioso. A morte enquanto interrupção final antecipada gera ansiedade, não porque exista aqui uma antecipação de condição aversiva, mas porque se antecipa com a morte a total impossibilidade de seqüências alternativas. A espera da morte, entendida como término da vida, é a própria antevisão da impotência total. É a inevitável consciência da finitude humana que ocupou a atenção, de Tillich e de May, como atraíra muito antes as preocupações de Pascal e Kierkegaard.

A teoria de Mandler e Watson se aparenta também à de Freud, não tanto no papel conferido à idéia de morte, mas em outro aspecto: a antecipação da impotência.

Como vimos, a percepção da iminência de impotência é o cerne da teoria freudiana em sua versão mais madura e integrada. Os dois autores que estamos comentando também admitem que o organismo antecipe cognitivamente a impotência, mas essa antecipação tem uma função comportamental totalmente diversa da que lhe atribui o criador da psicanálise. A lógica interna da teoria de Mandler e Watson requer que tal antecipação tenha efeitos antiansiedade, pois a interrupção ou estado aversivo perturbador (e, portanto, interruptor) quando previsto (ou sinalizado, de algum modo) conduz à inclusão de tal evento numa seqüência nova. Ora, essa nova seqüência cognitiva, abrangendo a ocorrência futura de impotência, determina uma organização diversa do comportamento no sentido de assegurar o controle sobre a impotência futura, antecipada. A seqüência cognitiva compreende então comportamentos que assegurem o seu completamento após a fase de impotência. Tais comportamentos preventivos são esquivas destinadas a evitar não a impotência, mas a interrupção que esta pode acarretar. Uma seqüência de comportamentos que permita prevenir as conseqüências interruptoras da impotência, mas que não inclui atividades capazes de impedir que a impotência ocorra, é necessariamente uma forma pobre e empobrecedora de conviver com a impotência, ou seja, uma forma patológica de comportar-se. E a neurose, para Mandler e Watson, não é mais que o comportamento de esquiva da interrupção devida à impotência (antecipada); portanto, Freud e esses autores

coincidem na idéia de que o comportamento neurótico é "esquiva", mas o objeto dessa esquiva não é o mesmo nas duas teorias que apresentam: a neurose, para Freud, é substancialmente esquiva da impotência em si mesma.

Num outro aspecto, Freud, de um lado, e Mandler e Watson, de outro, convergem suas formulações. O primeiro afirmara que a ansiedade dependia do maior ou menor sentimento de poder que a pessoa tem diante de um dado estímulo (objeto) ameaçador; os outros autores afirmam, de seu turno, que a experiência anterior do organismo determina a apreciação do próprio grau de controle sobre o ambiente e que tal apreciação pode redundar numa possibilidade ou intensidade maior ou menor de ansiedade, diante de uma certa interrupção. Aqui também a semelhança com a doutrina freudiana é limitada: apreciar-se com um grau elevado de controle não é um recurso para neutralizar os efeitos do objeto ameaçador, como propusera Freud (roçando de perto o conceito mais moderno de dessensibilização). Mandler e Watson entendem que aquela apreciação é apenas o conhecimento de um número maior ou menor de respostas alternativas disponíveis, no repertório da pessoa, para a eventualidade de interrupção de uma dada seqüência de comportamentos.

Sentir-se capaz de controle não neutraliza a ameaça (interrupção), mas lhe atenua os efeitos. O sentimento de poder freudiano era um modulador da reação emocional; a apreciação do próprio grau de controle é, para os outros dois autores, um processo cognitivo que aponta possibilidades de prosseguir a atividade normal, após a emoção (prevista): não se impede, deste modo, a ativação autonômica diante da interrupção, mas se previne a impotência, a "indisponibilidade de respostas alternativas" para completar uma seqüência cognitivamente integrada.

Entre as dificuldades teóricas que esta teoria levanta, e reconhece, duas merecem comentário neste trabalho. A primeira é esta: existe variação na qualidade imperativa do completamento, entre diversas seqüências organizadas? Posta em outros termos, a questão seria a de determinar o grau da função motivadora que o completamento de uma cadeia exerce. De fato, o dilema interrupção-completamento e seus corolários aparecem na teoria como uma relação lógica, mais que como expressão de um dinamismo motivacional. A função motivadora do completamento é assumida e não sujeita a medida. Desse modo, o jogo lógico entre interrupção e presença ou ausência de possibilidades de completamento assegura a ampla inclusividade da teoria de Mandler e Watson; uma inclusividade que falta à teoria freudiana, por exemplo, e que permite contornar o problema da explicação cabal da aversividade do estado de ativação-impotência,

com a inferência (aliás plausível) de que o controle (ou a sensação de controle) é um motivo básico. A coerção desse motivo (a interrupção), quando completa (na ausência de respostas alternativas capazes de realizá-lo), seria o evento aversivo na ansiedade.

A teoria de Mandler e Watson exclui o conceito de ameaça, presente, de algum modo, nas outras abordagens comentadas neste trabalho. Mas esta exclusão cria uma dificuldade que é precisamente a de legitimar a função aversiva da mera interrupção ou seu corolário, a impossibilidade de completamento. Pois, se a "imperatividade" do completamento varia em graus, a estrutura mestra da teoria fica infirmada.

A segunda dificuldade não ameaça a estrutura conceitual de Mandler e Watson: trata-se de saber se a força de um motivo aprendido ou de natureza social é função e, portanto, efeito da superaprendizagem de certas seqüências cognitivas. Aqui também se imiscui o problema da motivação: a superaprendizagem de uma seqüência meios-fim, como processo cognitivo, asseguraria maior imperatividade do completamento, independentemente de qual fosse a conseqüência final da seqüência? O que se coloca em dúvida é a relação causal entre força do motivo e grau de coesão cognitiva da seqüência capaz de realizá-lo. A força do estímulo reforçador final de uma seqüência é indagada aqui: é o reforçador que atribui imperatividade à coesão e ao completamento da seqüência, ou a relação causal é inversa, significando que maior coesão cognitiva (por superaprendizagem) determina maior força do seu resultado final (a satisfação do motivo?).

A postura psicodinâmica se protegia de tais questões; para Freud, a força dos motivos é o elemento determinante do que se chamou depois seqüências cognitivas ou cognitivamente estruturadas.

Mandler e Watson excluíram da gênese da ansiedade os eventos motivacionais freudianos e, como conseqüência, sua teoria, simples e inclusiva, como dissemos, esbarra em escolhos que a rota escolhida implica: demonstrada a lógica do processo, restam os problemas da motivação que explica aquela lógica.

No presente trabalho, é relevante uma nova questão: em que consiste, em termos operacionais, a percepção de ausência de respostas alternativas (impotência) ou de viabilidade do completamento (controle)?

Pode-se admitir que, enquanto a seqüência cognitiva é simples aprendizagem ou plano, todas as respostas implicadas, com seus antecedentes e conseqüências, são de natureza cognitiva; mas a execução ou o desenvolvimento objetivo da seqüência implica percepção de alterações orgânicas e ambientais ao longo da seqüência e, mais, algum

tipo de confronto entre tais perceptos e os elementos do plano cognitivo. De outro modo, não haveria a "interrupção" e a "impotência". Essa ordem de idéias leva a indagar qual a função dos estímulos percebidos no decurso da seqüência objetiva. É necessário que estes *indiquem* ou sinalizem viabilidade ou inviabilidade de cada resposta da seqüência e indiquem, ademais, as alternativas disponíveis, no caso de uma interrupção. A nosso ver, o conceito de estímulo discriminativo positivo (SD) e/ou negativo (S^{Δ}) responde àquelas indagações: uma resposta é percebida como viável quando se apresenta um SD para ela, e como inviável quando algo, um S^{Δ}, indica sua ineficácia.

Deste modo, esquematicamente, a interrupção resulta de um S^{Δ} e a impotência da inexistência de SDs para outras respostas ou da ambigüidade discriminativa da situação ambiental em qualquer ponto da seqüência objetiva.

A solução do estado de ansiedade é a apresentação de SDs novos após (ou durante) a interrupção. A impotência é produto de uma situação constituída de numerosos S^{Δ}s e carente de SDs, ou, ainda, por SD e S^{Δ} simultâneos para uma mesma resposta.

Um modelo teórico da ansiedade

O objetivo deste trabalho, como foi dito anteriormente, é propor um modelo da ansiedade dotado de duas características básicas: representatividade e verificabilidade. Quanto à representatividade dissemos que, na ausência de um referencial externo à elaboração das definições, os limites do que se inclui no significado da palavra "ansiedade" são arbitrários. Se um referencial externo existe, para ser adotado como padrão, este reside nos conteúdos culturais dominantes de uma dada época histórica, designados como ansiedade. A evolução cultural impõe a cada período histórico um dado conceito dominante de ansiedade, seja ele clínico ou filosófico ou filosófico-clínico. Aqui se entende por dominante a concepção que transcende o estrito momento de sua elaboração verbal e que, porque sintetiza as tendências da cultura de então, passa a integrar a cultura de fases históricas subseqüentes, "sob a forma de pressuposições inconscientes" (Tillich, 1950). Os estóicos, Spinoza, Pascal, Kierkegaard, Nietzsche, Freud, os comportamentistas, May e Tillich, são pensadores que sintetizaram tendências culturais de suas épocas e cujo pensamento foi (ou será) incorporado inconscientemente na cultura de tempos subseqüentes.

No exame que fizemos sobre obras desses autores tentamos apontar os significados que cada um designa como a ansiedade humana.

Se alguém quiser encontrar o significado da palavra ansiedade na cultura do século XX e provavelmente de anos subseqüentes deverá procurá-lo nas obras de Freud, dos comportamentistas, dos psicólogos existencialistas ou dos cognitivistas, que sintetizaram as tendências da cultura deste século nas áreas interessadas no problema que nos ocupa neste trabalho.

Os conceitos de ansiedade, que emergem da obra estoicista ou dos escritos de Spinoza, Pascal, Kierkegaard e Nietzsche, refletem a filosofia do homem e os pressupostos metodológicos das respectivas épocas.

Da obra dos pensadores do século XX surgem teorias dificilmente conciliáveis, em razão da diversidade de filosofias em que essas se fundam e da heterogeneidade dos pressupostos metodológicos de que partem. O panorama teórico da época contemporânea é, pois, contraditório, e nisso se revela representativo da situação cultural vigente, acadêmica ou não. A crise da filosofia humanística se reflete especialmente na versão comportamentista enquanto as tendências, opostas, do humanismo contemporâneo se evidenciam na obra de May e Tillich. O pensamento freudiano reveste-se tanto de uma preocupação determinista e por vezes mecanicista, como de um interesse clínico e, portanto, humanístico. Talvez por isso, por sintetizar as contradições mais profundas de sua cultura, é que a teoria freudiana aparece, esperamos haver demonstrado, como um modelo de confronto obrigatório quando se analisam as demais abordagens da ansiedade, principalmente as do século XX.

A teoria freudiana não tem a inclusividade da versão existencialista nem a verificabilidade que ostenta a abordagem comportamentista; mas é mais verificável que a primeira e mais inclusiva que a segunda. Em épocas de desenvolvimento cultural menos contraditório as diferentes acepções são menos divergentes e até complementares entre si. É o que se nota entre o pensamento de Kierkegaard e o de Nietzsche ou entre este e o de Freud. A maior conciliabilidade dessas abordagens reflete uma menor contradição entre os postulados metodológicos de uma e de outra e/ou entre as filosofias do homem, de que cada uma deriva.

De todo modo, é possível notar em todas as concepções examinadas até aqui alguns significados constantes, designados como ansiedade, e que parecem independer do clima cultural em que cada uma delas floresceu. Esses significados estão a indicar um substrato filosófico relativamente permanente, das várias teorias, que parece resistir às evoluções da filosofia humanística e da metodologia do conhecimento.

A síntese de tais significados é, a nosso ver, o referencial externo possível, capaz de servir como padrão mínimo para se aquilatar a representatividade de uma dada teoria particular da ansiedade. Com alguma temeridade, tentaremos a seguir a elaboração, obviamente discutível, dessa síntese.

Há três significados constantes nas diferentes abordagens comentadas aqui, embora nem todas elas atribuam a cada um deles a mesma ênfase ou igual importância: a ansiedade implica algum modo de *impotência* do organismo ou pessoa em uma dada conjuntura, a instauração de uma condição *aversiva* ou *penosa* e algum grau de *incerteza* ou dúvida.

A impotência, entendida como impossibilidade de direção do comportamento ou como mero impedimento da ação, é ingrediente obrigatório das várias concepções discutidas anteriormente.

O estoicismo é, no campo da ética, uma teoria acabada da resignação às limitações, à impotência. A resignação é o próprio remédio para a inconformidade diante da impotência, ante o destino, a morte, o imprevisto, o irracional. O reconhecimento da impotência humana aparece no tratamento da culpa: "Sustentei o que estava sob meu controle", repete Epicteto; "Todos os nossos atos são meras realizações do destino", lembra Marco Aurélio. Foi dito que a ética-ôntica do estoicismo é uma ética antiansiedade: é um conjunto de preceitos que permitem a fuga do penoso reconhecimento da impotência.

Na obra de Spinoza, a impotência derivada do irracional é formulada como um impedimento à conquista da serenidade. O medo e a esperança *aprisionam* o homem; a sabedoria, que dilui a dúvida em um e outra, é "libertação".

Pascal, de seu lado, escreveu este trecho desesperado sobre a impotência, tema constante do seu pensamento humanístico: "Qualquer termo que... seguimos, escapa de nossas mãos e foge... Nada se fixa para nós. É o estado que nos é mais natural e todavia o mais contrário à nossa inclinação... Não procuremos mais a segurança e a firmeza. Nossa razão é sempre enganada..." (Ed. Brunschvicg, 72).

A obra de Kierkegaard, como a de Pascal, está repleta de passagens em que avulta a consciência da finitude e da impotência humana como fundamento de toda a ansiedade. A natureza humana implica o risco, o imprevisto e, por isso, ninguém "existe" senão como um eu que se afirma e se renova constantemente, segundo determinações incoercíveis e indomadas, que transcendem ao poder individual. O risco é a impotência aceita e enfrentada. Não há o *ortos logos* que garanta a certeza de qualquer opção.

Nietzsche, por seu turno, fundamenta toda sua ética sobre a vontade de potência, vendo na restrição a esse motivo básico do homem a origem do sofrimento e da ansiedade. A ansiedade é o oposto da potência. Talvez nenhum outro autor, antes de Freud, tenha identificado tão explicitamente o papel determinante do sentimento de impotência na caracterização da ansiedade.

A obra de Freud expõe com clareza, como vimos, a função de condição essencial da ansiedade, exercida pelo sentimento de não-poder. A ansiedade é não só o produto da experiência de impotência, mas a própria antecipação ou previsão de impotência iminente. O objeto temido, em qualquer forma de ansiedade, é, na verdade, a iminência da impotência.

Os textos dos comportamentistas que comentamos precedentemente não chegam a afirmar com clareza o significado da impotência, exceto algumas afirmações de Sidman (1964). Entretanto, como foi demonstrado, o arranjo comportamentista típico, para a produção da ansiedade, requer como condição irrecusável a impossibilidade de qualquer comportamento de fuga ou esquiva, seja da ameaça (S^1), ou seja da punição ameaçada (S^2). Não se admite explicitamente a importância da impotência, mas se exige que haja total impotência objetiva em relação a um evento aversivo.

Os pensadores da psicologia existencial também formulam seu conceito de ansiedade implicando a impotência e chegam mesmo a admitir que o que é aversivo na ansiedade é a sensação de impotência. Tillich (1972) escreveu: "A ansiedade básica é a ansiedade de um ser finito ante à ameaça do não-ser, e não pode ser eliminada. Pertence à existência mesma". Existir é conviver com a ansiedade, o risco do não-ser, que é a impotência total.

Entre os estudos cognitivistas que examinamos, o de Lazarus entende a ansiedade como a própria impossibilidade de fugir ou esquivar-se, devida ao bloqueio do reconhecimento da viabilidade eventual de tais comportamentos. E Mandler e Watson, de seu turno, afirmam que a "interrupção mais a impotência são a ansiedade".

O rápido sumário feito acima basta para documentar que todas as concepções de ansiedade, representativas de várias épocas e metodologias, admitem que esse estado implica, de alguma modo, a percepção de impotência, de falência ou ineficácia do próprio repertório de respostas, por um dado organismo ou pessoa.

A seguir pretendemos apontar em cada abordagem a inclusão do significado de *aversividade* sob a designação de ansiedade.

É significativo o fato de a primeira teoria integrada da ansiedade ser a de Kierkegaard (1944), num tratado sobre o pecado original e a culpa primitiva.

Ansiedade, destino, *fatum*, sina, culpa e morte são termos que compõem uma curiosa harmonia de significados, desde os estóicos até Tillich (1972).

No estoicismo encontramos o medo como um sentimento penoso, "terrível". O *Enchiridion*, de Epicteto, as *Reflexiones* e os *Solilóquios*, de Marco Aurélio, e os *Benefícios*, de Sêneca, contêm inúmeros trechos em que a sabedoria é apresentada como o antídoto do sofrimento, do medo, do arrependimento e da culpa, vistos como estados penosos e violentadores da essência humana: o homem sábio, realização do logos supremo, é o que consegue evitar aqueles estados aversivos, pela resignação e a razão.

A razão, sob outra luz, retorna com Spinoza, ainda como remédio para o sofrimento do medo e da dúvida, embora agora como instrumento de clarificação do conhecimento e não como conformidade à Razão-Suprema. Também Spinoza identifica a inquietude penosa e bloqueadora com a ansiedade, e o uso correto da razão como a chave da serenidade.

Nos *Pensamentos* de Pascal a ansiedade é a perda da paz e da tranqüilidade, vistas como tragédia e violência imposta ao homem. A concepção pascaliana é, além de tudo, uma queixa, um brado de dor e sofrimento.

Kierkegaard vê o homem como vítima torturada pela incerteza ética (e epistemológica). E é na sua obra que a ansiedade se torna sinônimo de sofrimento e tragédia vital.

Para Nietzsche, o sofrimento básico do homem é o conflito gerado pela impotência diante da força dos impulsos e não há felicidade sem a esquiva ou a fuga da violência do instinto. O controle dessa violência se destina a "conseguir momentos em que os impulsos não nos molestem".

Freud entende a repressão do instinto como violência à natureza orgânica, colocando esse mecanismo no centro de sua primeira teoria da ansiedade. Na versão final de seu pensamento a ansiedade é basicamente o medo da impotência diante de uma ameaça: e o conceito de ameaça é para Freud sinônimo de sinal de sofrimento. Ela implica a revivência de situação penosa passada. Na gênese da ansiedade é passo essencial a sensação de desconforto e dor. Lembre-se, ademais, que *trauma* é basicamente *violência sofrida,* na teoria freudiana.

A abordagem comportamentista da ansiedade baseia-se maciçamente na verificação de efeitos de estímulos aversivos primários e de estímulos aversivos condicionados, punições e ameaças de punição, quaisquer que sejam os paradigmas experimentais adotados. Já expusemos algumas restrições à representatividade do fenômeno de supressão condicionada (negativa ou positiva), como indicador de ansiedade. Aliás, os dados sobre supressão positiva, sem estímulos aversivos exteroceptivos, apresentam escassa consistência (Guilhardi, 1975).

Na apreciação existencialista a ansiedade é sempre o produto de eventos que anunciam danos graves para o indivíduo físico ou o Eu. R. May entende o estado de ansiedade como composto de apreensão e ativação fisiológica, sendo ambas altamente aversivas.

Lazarus, entre os cognitivistas, entende o *stress,* componente nuclear da ansiedade, e a reação afetiva típica de tal estado fisiológico como condições penosas, aversivas até o ponto de atribuir-lhes função motivadora para comportamentos de esquiva ou de fuga. Mandler e Watson apresentam idéias semelhantes, mas acentuam a dependência

das respostas emocionais aversivas em relação a processos cognitivos mais do que com respeito à ativação fisiológica. Contudo, os cognitivistas, os comportamentistas, os psicólogos existencialistas, além de Freud, Nietzsche, Kierkegaard, Pascal, Spinoza e os estóicos, reconhecem na ansiedade um significado negativo, e negativo em dois sentidos; como oposição ao ajustamento sereno, positivo e criativo, sob a forma de bloqueio ou paralisação ou desarmonia fisiológica, de um lado, e como condição sofrida, aversiva e penosa, de outro. O primeiro sentido é funcional, o segundo é emocional. Em ambos a ansiedade é tomada como estado indesejável, ainda que, conforme alguns autores, inevitável.

O terceiro significado de *ansiedade*, comum às várias abordagens apresentadas, é a condição de incerteza do conhecimento. Ela aparece sob os nomes de dúvida, ignorância, ambigüidade, inexplicabilidade, indefinição e outros, em numerosas obras.

Tanto a ansiedade deriva da incerteza que o remédio para ela é a sabedoria, segundo os estóicos, e o uso correto da razão, conforme Spinoza. O temor, para a ética estóica não deriva das coisas mas das *ilusões* no conhecimento delas. Epicteto diz "não são as coisas em si mesmas que transviam o homem, mas as nossas opiniões sobre as coisas. Não é a morte que é terrível, mas nossas representações da morte" (*Ench.*, 5). Culpa, temor e dúvida são abolidas pela sabedoria; elas resultam do conhecimento distorcido pelas ilusões.

Spinoza é por excelência o teórico da oposição entre ansiedade e certeza. O sofrimento deriva do medo ou da expectativa, emoções penosas de quem não tem certeza, está em dúvida. Reformar o entendimento é o caminho da serenidade, o remédio contra a ansiedade. O uso correto da razão produz o conhecimento certo e abole a dúvida e, portanto, o temor e a expectativa.

Pascal, de sua parte, escreveu: "Eis o nosso estado verdadeiro; é o que nos torna incapazes de saber com certeza e de ignorar de modo absoluto. Navegamos sobre um meio vasto sempre incertos e flutuantes... Nossa razão é sempre enganada pelas aparências...". A incerteza do destino e do futuro próximo são marcas irremovíveis da filosofia humanística de Pascal e daquilo que nela se pode considerar uma concepção da ansiedade.

Kierkegaard representa soberanamente o desmoronamento de uma cultura fundada na razão e, mais, na razão matemática e é, por isso mesmo, o grande teórico do homem sem o *ortos logos*, sem a certeza matemática, sem a confiança na razão. Nem a prova oferece certeza, pois esta decresce quanto maior a excelência daquela. A impossibilidade do conhecimento seguro da própria significação, do futuro, do destino é a raiz da ansiedade, que não se vence pela clarificação ra-

cional e, sim, pela coragem de arriscar-se. Conviver com o risco é a ansiedade normal, inevitável; e todo risco é fundamentalmente incerteza.

Na obra de Nietzsche entende-se que "existência" do indivíduo implica a direção dos impulsos pela vontade de potência. A realização acrítica dos impulsos escraviza o homem e o torna infeliz. O conhecimento crítico dos códigos morais que lhe são impostos é que produz a coragem nietzschiana da afirmação da vontade sobre os impulsos. Embora seja pouco sublinhada, a função ansiógena da incerteza, na obra de Nietzsche, fica clara na identificação da inquietude com a preponderância dos impulsos irracionais e na ênfase dada ao processo de sublimação como direção imposta ao impulso, a partir da crítica.

Na obra de Freud, a incerteza do conhecimento e a indefinição do objeto temido (ameaça) são significados essenciais da ansiedade. A própria definição de ansiedade difusa ou *free-floating*, ou das fobias, implica o comprometimento da clareza cognitiva.

De seu lado, os paradigmas da abordagem comportamentista mencionados por Sidman e Blackman envolvem algum artifício experimental que comprometa a previsibilidade da ocorrência de S^2 ou do término de S^1 (o estímulo aviso) ou, ainda, a ruptura de controles discriminativos. A própria supressão condicionada depende, em sua magnitude, do grau de imprevisibilidade do momento em que termina o S^1. Como é de seu estilo, os comportamentistas não mencionam a incerteza como fator de ansiedade, mas asseguram a incerteza através do arranjo experimental para que a ansiedade ocorra.

Na chamada psicologia existencial, a ansiedade envolve inconsistências no conhecimento, quer no campo da autoconsciência quer no da definição de valores. Tillich refere a presença de perturbações discriminativas como componente substancial da ansiedade, e May escreve que a ansiedade "desorienta o ser humano, afastando o conhecimento nítido... e enevoando a realidade que o rodeia".

Entre os textos cognitivistas que comentamos, basta lembrar a insistência de Mandler e Watson sobre a importância essencial de rupturas da organização cognitiva na ansiedade, para deixar claro quanto alguma perturbação ou incerteza cognitiva é um significado básico de conceito de ansiedade.

Nesta rápida e sumária revisão das abordagens mais significativas da ansiedade apontamos aspectos comuns a elas e que transcendem à diversidade de pressupostos filosóficos ou metodológicos situados na origem de cada uma delas.

Procuramos efetuar a síntese dos elementos constantes nas várias concepções de ansiedade comentadas em capítulos precedentes, de modo a formular o substrato filosófico da palavra ansiedade ou os

significados permanentes de tal designação; um substrato apto a servir como referencial mínimo, válido para a apreciação da representatividade de uma qualquer definição ou conceito específico da ansiedade humana.

De acordo com o que se projetou no capítulo inicial, neste se pretende propor um modelo representativo (e verificável) da ansiedade, o que vale dizer, um modelo que inclua aqueles significados permanentes.

Pouco acima, mostrou-se que as quatro tendências contemporâneas mais poderosas no campo da teoria psicológica da ansiedade: a psicodinâmica freudiana, a comportamentista, a existencialista e a cognitivista também incluem, como as anteriores, os significados permanentes do conceito de ansiedade, a saber: a *impotência,* a natureza *aversiva* e a *incerteza* do conhecimento. Tanto basta para considerá-las representativas; e a questão restante na tarefa de apreciá-las seria apenas a da verificabilidade dos termos e relações que as constituem.

Entretanto, no que toca ainda à representatividade, é de se inquirir se as quatro abordagens contemporâneas não incluem mais que aqueles três significados. No século XX a filosofia do homem e a metodologia do conhecimento não são as mesmas dos tempos de Kierkegaard e seus predecessores e, portanto, a visão dos problemas do homem — a ansiedade é um deles — deve refletir essas mudanças.

Coloca-se portanto a questão de identificar os significados constantes da "ansiedade", específicos das teorias contemporâneas, admitida a evolução da filosofia do homem e da metodologia do conhecimento (psicológico), desde os tempos de Kierkegaard até a atual conjuntura histórico-cultural.

Nesse período de história surgiu uma ciência do comportamento humano (incluídas as emoções), preocupada em explicar os eventos da vida individual com os instrumentos da análise científica, até mesmo experimental: os pressupostos metodológicos são outros que os de séculos anteriores. Basta, para sintetizá-los, mencionar a atitude determinística, mais ou menos universal na psicologia científica de hoje, voltada à pesquisa de relações causais entre as vicissitudes do homem e seu ambiente presente e passado, entendido no seu sentido mais amplo. Por seu lado, a filosofia humanística contemporânea reflete a situação de um homem inserido em condições sócio-econômico-culturais novas, nas quais se ressalta a massificação do indivíduo e sua instrumentalização (quase) inevitável para fins que ele, indivíduo, não se propõe.

Não cabe aqui retratar cabalmente a filosofia humanística vigente nem identificar exaurientemente a metodologia do conhecimento na

era atual; May (1973) e Tillich (1972) já o fizeram: o que se pretende é indicar que das transformações nesses dois campos resultam significados comuns especiais nas concepções correntes da ansiedade.

O significado de ansiedade se amplia, no século XX, para incluir aspectos orgânicos (principalmente fisiológicos), funcionais, com ênfase no comprometimento da funcionalidade do comportamento e abrange, ainda, processos cognitivos e perceptivos entendidos como antecedentes aos estados ansiosos. Esses aspectos serão referidos abaixo como: o organicista, o antifuncional e o cognitivo-perceptivista.

Pode-se notar desde já que esses três elementos indicam a transposição do problema da ansiedade, da reflexão filosófica (fosse ela ontológica ou ética) ao plano da explicação de processos e efeitos que se desenvolvem no nível da interação material entre um organismo (com suas funções) e o seu ambiente. É essa transposição que reflete meridianamente os pressupostos contemporâneos da filosofia do homem e da metodologia do conhecimento da natureza (humana), bem outros que os dos tempos de Pascal ou dos estóicos e, por isso mesmo, suportes de uma nova visão, teórico-científica, do homem com sua ansiedade.

A ênfase organicista se inaugura com as diversas formulações freudianas, voltadas para a busca de uma etiologia orgânica de aberrações comportamentais, na boa tradição médica. As respostas autonômicas passam, desde então, a compor o quadro patológico da emoção. Os comportamentistas acentuam a importância das reações viscerais e glandulares, até mesmo propondo a explicação pavloviana para os efeitos exercidos pelo estímulo-aviso ou "pré-aversivo". Contudo, a importância das respostas fisiológicas não se tem traduzido em grande aprofundamento experimental ou teórico entre os comportamentistas. Da parte dos cognitivistas, tanto Lazarus (1966) como Mandler e Watson (1966) admitem as descargas autonômicas como elemento substancial do estado de ansiedade, embora divirjam na definição dos antecedentes cognitivos da ativação fisiológica.

A evidenciar a relevância dos processos autonômicos (e seus efeitos orgânicos) basta mencionar alguns outros autores que os têm incluído em suas proposições teóricas. Entre esses estão Epstein (1972), que entende incluírem-se na ansiedade ativações resultantes de superestimulação primária; Rado (1950), que entende a função do estímulo aviso como forma especial de eliciação de "funções de emergência"; Lidell (1950), que entende a vigilância primitiva, enquanto ativação reflexa, como componente indispensável da ansiedade; e Spielberger (1972), responsável pelo progresso da sistematização teórica na área em apreço, desde 1966.

Mesmo os grandes nomes da psicologia existencial como May, Tillich e outros reconhecem, a despeito de sua ênfase maior sobre categorias amplas de uma teoria clínica da ansiedade, a ocorrência da síndrome de ativação como parte fundamental do estado ansioso.

A marca antifuncional da ansiedade na teoria contemporânea surge na concepção freudiana mais madura. Ali, ela é tomada enfaticamente como fator inevitável da neurose. É então que a ansiedade passa a ser entendida como um processo aberrante com efeitos negativos, danosos, que consistem precisamente em impedir o desenvolvimento funcional da interação pessoa-meio ou organismo-ambiente. O comprometimento da interação adequada entre comportamento e meio, quer consista na gênese de respostas bizarras, na paralisação de atividades ou na supressão de respostas, é uma das funções precípuas do estado ansioso (transitório, permanente ou recorrente). A função patológica da ansiedade é talvez a marca mais nítida do conceito contemporâneo de ansiedade; uma marca que se reencontra depois de Freud, na obra de Schoenfeld, Estes e Skinner, Sidman e Blackman entre os comportamentistas. Reaparece nas obras cognitivistas de Lazarus, de Mandler e Watson, bem como nos escritos dos psicólogos existencialistas como May e Tillich.

A origem ansiosa de deficiências no desempenho comportamental, sejam neuróticas ou não, é admitida ainda por numerosos autores da psicodinâmica pós-freudiana, como Sullivan, Fromm, Horney, M. Klein e C. Thompson, bem como por especialistas de outras áreas: Levy (1950), Bender (1950), Hanfman (1950), Mullahy (1950), Spielberger (1966, 1972), Lazarus e Averill (1972), Epstein (1972), Beck (1972), Ey (1965) e inúmeros autores nos campos da aplicação clínica, da psicofarmacologia, da psiquiatria e no da análise experimental do comportamento, bastando lembrar os nomes de Masserman (1943), Mowrer (1960), Brady *et al.* (1969).

Distinguem-se as teorias vigentes por uma terceira característica: a insistência em antecedentes cognitivos e perceptuais do estado ansioso. A esse respeito alinham-se, com diversos graus de interesse, todas as teorias contemporâneas que mencionamos. Freud trata, com ênfase decrescente ao longo de sua obra, da natureza cognitiva dos "objetos temidos" e procura na incongruência entre as propriedades perceptuais desses e seus efeitos fisiológicos e afetivos o núcleo da ansiedade. Estes e Skinner (1941), Schoenfeld (1950) e, principalmente, Sidman (1964) e Blackman (1972), dentre os comportamentistas, não prescindem de processos discriminativos, nem sempre reconhecidos explicitamente em suas formulações teóricas e ainda menos em seus arranjos experimentais. As operações experimentais do comportamentismo — mostrou-se anteriormente — alteram a função de um estímulo, que

passa a sinalizar eventos que antes não indicava. Sidman e Blackman reconhecem claramente a dependência do estado de ansiedade, em relação a propriedades discriminativas do arranjo experimental ou das operações de treino. De todo modo, repugna ao comportamentismo a idéia de processos cognitivos *intervenientes*.

Teorias inteiras, por outro lado, estruturam-se nesta época, sobre pressupostos cognitivistas, como vimos ao comentar as contribuições de Lazarus e a de Mandler e Watson.

No campo da psicologia existencial, basta lembrar a relatividade dos valores e a incongruência entre os valores individuais e as pressões éticas do grupo social, como uma sorte de inconsistência cognitiva a determinar a ansiedade. Mais ainda, a percepção de algo como ameaça direta ou mediata ao eu, ou à identidade pessoal, implica forçosamente processos cognitivos sutis. As conjunturas histórico-culturais mais incongruentes, do ponto de vista do conhecimento, são, ademais, para May e Tillich, aquelas em que a ansiedade mais se difunde.

Afora as obras discutidas precedentemente, outras apontam processos cognitivos na gênese da ansiedade. A exemplo, as de Hanfman (1950), Lidell (1950), Spielberger (1966, 1972), Lazarus e Averill (1972), Epstein (1972), Mandler (1972) e Seligman (1975).

Uma teoria representativa da ansiedade no século XX deve designar significados constantes da época para ser representativa desta. Assim, além de representar a ansiedade humana tal como tratada ao longo dos séculos, deve refletir os eventuais significados novos acrescentados àquele substrato mais constante na história do homem.

Do nosso ponto de vista, portanto, uma teoria atual da *ansiedade* deve, para ter representatividade, incluir sob tal designação: a impotência, a aversividade, a incerteza e mais os aspectos organicista, antifuncional e cognitivo-perceptivo que caracterizam o conceito informal da ansiedade neste tempo.

Admitindo-se tal síntese como um referencial de representatividade é possível aferir esta nas várias concepções contemporâneas. Parece óbvio que a teoria freudiana em sua forma mais amadurecida admite claramente os seis aspectos apontados. A abordagem "existencial" abrange esses aspectos, mas não aprofunda dois deles: a aversividade e os processos cognitivo-perceptivos. A concepção comportamentista não aprofunda a condição de impotência, praticamente ignora a incerteza e os processos cognitivos. Neste ponto deve-se notar que o procedimento experimental típico envolve a *manipulação* de condições cognitivas e de fatores de impotência, embora a interpretação teórica formal dos efeitos experimentais exclua praticamente tais significados. Os únicos aspectos admitidos e introduzidos na

interpretação teórica são a aversividade e os conteúdos antifuncional e organicista, sendo maior a ênfase nestes últimos. E, por fim, a teoria cognitivista admite e trata a impotência, a aversividade e a incerteza, mas apenas admite, sem elaboração teórica aprofundada, dois dos aspectos restantes: o organicista e o antifuncional. Mesmo em relação aos processos cognitivos que propõe, não se aprofunda na análise das relações de determinação funcional entre esses e os efeitos resultantes.

Em suma, a formulação menos representativa é a comportamentista, enquanto a teoria freudiana tem maior representatividade, sem que isto baste para se rejeitar ou adotar uma delas ou qualquer das restantes: acreditamos que uma teoria conveniente deve apresentar, ao lado de um alto grau de representatividade, um grau conveniente de verificabilidade.

Ora, a verificação científica requer e implica relações observáveis na base da construção das proposições teóricas, e o grau de observabilidade é uma característica altamente variável na série de concepções teóricas que foram comentadas anteriormente. A supressão de emissões de um comportamento operante em presença de um estímulo aviso (ou S^1), que precede um estímulo aversivo (S^2), é, em resumo, o cerne da abordagem comportamentista da ansiedade. As relações funcionais envolvidas são facilmente verificáveis, pois os termos postos em relação (estímulos, manipulações, respostas e medidas) designam condições observáveis. Desse modo, a "teoria" comportamentista apresenta-se como a mais verificável das que vimos discutindo neste trabalho. Num outro extremo a posição freudiana, cujo núcleo seria, sumariamente, a idéia de um estado aversivo resultante do sentimento de medo e do sentimento de não-poder diante de um objeto cujas propriedades reais não lhe permitem produzir aquele estado, implica em seus termos e, portanto, em suas relações, condições dificilmente passíveis de observação controlada, ou seja, de verificação objetiva.

De seu lado, a concepção relativamente inarticulada que a psicologia existencial apresenta é sem dúvida sugestiva e, como dissemos, até certo ponto representativa. Mas quanto à verificabilidade é a menos dotada, entre as concepções correntes de ansiedade. Os significados de termos como: eu, identidade pessoal, valor, existência não são passíveis de observação direta objetiva e constituem o núcleo da posição existencialista, para a qual a ansiedade é um estado (emocional e fisiológico) aversivo ou penoso diante de uma "ameaça a algum valor que a pessoa identifica com a sua existência como um *Eu*".

A possibilidade de verificação empírica dessa abordagem é afirmada, curiosamente, por C. Rogers (1974) quando formula algumas

"hipóteses comprováveis". Referem-se a variações no comportamento como função do grau de ameaça ao eu e, resumidas, proveriam a seguinte afirmação: "Quanto mais o eu da pessoa for ameaçado, mais ela exibirá comportamento neurótico defensivo, mais suas maneiras de ser e seu comportamento serão contraídos, menos a pessoa exibirá comportamentos auto-afirmativos e menos mostrará necessidade e realização de comportamento participativo". A bem do rigor científico, note-se que os eventos tomados por Rogers como dependentes, ou como efeitos, não são comportamentos mas categorias amplas de respostas, cujos limites são, até certo ponto, arbitrários ou subjetivos, embora se possam fixar no terreno do observável. Mas a "variável" independente sugerida por Rogers é de todo impassível de qualquer exame, mensuração ou manipulação objetiva. Variar os graus de ameaça ao Eu é um procedimento totalmente hipotético. Caberia apenas, como saída, valer-se do relato introspectivo como evidência de ameaça maior ou menor a um eu presumido, também ele, a partir do relato. É clara, portanto, a escassa verificabilidade da concepção da ansiedade segundo a psicologia existencial.

A meio caminho entre a conceituação comportamentista e a existencial situa-se a versão cognitivista da ansiedade. A margem de representatividade é ampla nesta teoria, muito maior que na obra comportamentista, embora a verificabilidade seja inferior à desta. De fato, as variáveis independentes que provocam ou induzem os processos cognitivos assumidos são claramente objetiváveis e o mesmo se aplica às variações resultantes nas propriedades do comportamento. O que debilita a teoria é o alto grau de abstração e subjetividade com que se apresentam os processos cognitivos intervenientes, inferidos entre a operação das variáveis independentes e as alterações fisiológicas e comportamentais que delas (e deles) resultam.

Recordando os diferentes aspectos definitivos da ansiedade nas teorias contemporâneas, observa-se que as deficiências que elas apresentam quanto à verificabilidade evidenciam-se mais em alguns aspectos: a *impotência*, a *incerteza* e os *processos cognitivo-perceptivos*. Os que propiciam maior verificabilidade são a *aversividade*, o comprometimento da *funcionalidade* do comportamento e as alterações *orgânicas*.

Independentemente de qualquer posição teórica, esses dois últimos aspectos têm sido objeto de centenas de estudos experimentais. São inúmeras as evidências de prejuízo do desempenho comportamental sob a ansiedade e numerosos os trabalhos relativos às alterações orgânicas implicadas, embora seja escassa a congruência entre os resultados encontrados (Martin e Sroufe, 1970; Malmo, 1966; Spielberger, 1966, 1972 e Hanfman, 1950). De sua parte, a aversividade

é de verificação fácil, se não óbvia, nos estados ansiosos *per se*, independentemente de seu eventual desenlace positivo, como ocorre nas situações chamadas de ansiedades positivas, que se apresenta nos momentos de expectativa de eventos favoráveis, agradáveis ou, noutros termos, de reforçadores positivos. A essas considerações acrescente-se que os três aspectos referem-se a alterações *diretamente* observáveis quer no organismo quer na atuação deste sobre o meio circunstante.

Já diversa é a questão da verificabilidade no que tange aos três primeiros significados que, embora intuitivamente se imponham como conteúdos definitivos, essenciais da ansiedade, referem-se a processos e relações pessoa-meio difíceis de submeter à análise experimental e mesmo à mera observação, assistemática que fosse. Tal é o caso do "sentimento de impotência", da "falta de objeto perigoso", da "avaliação da ameaça". Se alguma verificação é possível nestes casos, ela deve, por força, assentar-se sobre evidências indiretas, quase sempre mediadas pelo relato verbal, cuja fidedignidade padece da mesma pobreza de verificabilidade objetiva.

O impasse, note-se, é devido neste caso à natureza interna atribuída aos conteúdos das palavras *impotência, incerteza, processos cognitivo-perceptivos*. Aqui reside o núcleo da questão. Presume-se habitualmente, ao empregar tais palavras, que elas designem fenômenos ou processos cuja essência se esgota na atividade nervosa superior e que nada de tais processos seja diretamente ancorado, de modo algum em condições externas determinantes, causais, *sine qua non*, em grande parte passíveis de observação direta e mesmo de manipulação experimental. A impotência e a incerteza são, antes de tudo, relações específicas entre condições percebidas numa situação presente e o repertório adquirido até então pelo organismo que percebe. Não há incerteza nem impotência quando se percebem possibilidades de ação funcional, ajustadora: em situações que comportem aspectos perceptuais sinalizadores da viabilidade de um curso de ação funcional. Os processos cognitivos propostos por algumas teorias visam precisamente a relacionar a incerteza e a impotência a aspectos cognitivos da situação estimuladora. Lazarus (1966), ao propor um processo cognitivo de "avaliação da ameaça", deixa clara a dependência desse processo em relação a propriedades da situação presente, de um lado, e ao repertório anterior da pessoa, de outro.

Entretanto, no esforço de sublinhar as originalidades de sua contribuição e de acentuar deficiências de abordagens de outrem, acaba por dar à sua teoria um caráter de alta abstração que o leva a numerosos construtos hipotéticos, cuja estruturação é tanto mais lógica quanto mais o processo de inferência se despreocupa da ancoragem no observável antecedente e conseqüente.

Por seu turno, Mandler e Watson insistem em que a ansiedade é resultante da interrupção de seqüências cognitivas e esclarecem que tal ruptura ocorre ou não, dependendo dos estímulos percebidos na situação presente.

Desse modo, impotência, incerteza e processos cognitivos como a "avaliação da ameaça" são fundamentalmente relações especiais entre propriedades estimuladoras de uma situação, de um lado, e seus efeitos sobre o desempenho orgânico e comportamental, de outro, entendendo-se por comportamento também as percepções ou interpretações resultantes e seus efeitos emocionais. Portanto, impotência, incerteza, "avaliação" ou inconsistência cognitiva são palavras que designam, basicamente, efeitos comportamentais de propriedades perceptivas de uma situação.

É óbvio que nem todos esses efeitos são sempre passíveis de observação direta. Sua verificação não é sempre imediata, principalmente quando se trata de efeitos como "avaliação cognitiva". Contudo, é possível assegurar a ocorrência e certas propriedades de tais efeitos, alterando-se as características de uma dada situação estimuladora. É nessas características que residem as condições *sine qua non* da impotência, da incerteza e das atividades cognitivas.

Do nosso ponto de vista o arranjo de estímulos que compõem uma dada situação (experimental ou não) determina a eventual ocorrência da incerteza e da percepção de impotência e a magnitude desses efeitos. Desses estímulos dependem também os processos cognitivos inferidos por teóricos cognitivistas, já que, em última análise, a avaliação de algo como ameaça ou como interrupção de uma seqüência cognitiva é regida por aspectos perceptivos da situação.

Portanto, a nosso ver, as dificuldades de verificação de significados como impotência, incerteza e "avaliação" ou interpretação cognitiva, podem se reduzir consideravelmente se é admitido que tais aspectos são relações (observáveis, em grande parte) entre estímulos antecedentes e respostas emocionais, motoras, verbais ou propriamente cognitivas, embora a verificabilidade dessas últimas seja indireta.

Mais precisamente, entendemos que se pode verificar a impotência, a incerteza e os processos de avaliação cognitiva na ansiedade através da observação (experimental) de relações entre propriedades discriminativas de uma situação e alterações comportamentais subseqüentes (verbais, motoras ou autonômicas). Certas alterações comportamentais diante de certas propriedades discriminativas *são* a impotência, ou a incerteza ou a avaliação de ameaça, do ponto de vista da verificação experimental. Algumas dessas alterações são de tipo cognitivo, afetivo ou imaginativo e, neste caso, o relato verbal pode fornecer evidências objetivas.

Por ora, deixamos em segundo plano o problema das possíveis relações entre incerteza, impotência e "avaliação de ameaça", na esperança de que a exposição seguinte venha demonstrar que "ameaça" ou "incerteza" também designam condições perceptivas que geram a "impotência". De fato a certeza é condição de desempenho ajustador; e sua ausência impossibilita o comportamento funcional: maior ou menor certeza é, em termos de análise científica, maior ou menor clareza discriminativa da situação estimuladora. A incerteza é, então, a carência de indicações claras sobre a viabilidade de um dado desempenho ou sobre a inevitabilidade de um evento qualquer.

Por seu turno, o efeito ameaçador percebido numa situação é, obviamente, função das propriedades discriminativas desta, já que não há *ameaça* senão quando a ocorrência de um evento é incerta. E então a percepção de ameaça ou a de impotência dependem da maior ou menor certeza assegurada pelos aspectos discriminativos da situação estimuladora, quanto à probabilidade de ocorrência de um evento e quanto à viabilidade de um dado desempenho comportamental.

A dificuldade de verificação das teorias mais representativas da ansiedade pode ser reduzida, se não superada, a partir da análise, experimental, quando possível, das propriedades discriminativas da situação estimuladora.

Do que foi dito, até agora, neste trabalho, pode-se afirmar que a ansiedade é um estado do organismo, típico de certas situações, que envolve atividades perceptuais, fisiológicas e emocionais, que se traduzem em alterações características do desempenho observável.

Temos que considerar, pois, antecedentes, um certo estado que pode ou não incluir eventos comportamentais (mais ou menos) observáveis e efeitos desse estado sobre o comportamento conseqüente.

* * *

Proporemos adiante uma representação esquemática dos elementos que constituem o estado de ansiedade, seus antecedentes e seus conseqüentes, e das relações de determinação entre tais componentes. É um esquema, ou modelo, que pretende obedecer às exigências de verificabilidade e aos requisitos de representatividade que anteriormente expusemos. Tal modelo expressa, obviamente, uma concepção teórica da ansiedade, cujos aspectos mais relevantes são os seguintes:

1. Uma alteração súbita, inesperada nas condições motivadoras pode conduzir à ansiedade, embora, em si mesma, não seja suficiente para isso. Essa alteração motivacional aparece, em diferentes obras, sob os nomes de emergência, alarme, alerta, ativação, imprevisto, interrupção, estímulo aviso, superestimulação, imperatividade etc. Nos-

sa opinião é que uma modificação inesperada nas condições estimuladoras é um evento potencialmente desencadeador da ansiedade. Esse evento pode ser um estímulo claramente eliciador ou apenas uma nova informação ou estímulo discriminativo. Aqui importa considerar que estímulos manipulados como discriminativos podem exercer função eliciadora condicionada; como, por exemplo, o soar de uma sirene. Ora, as mais diversas alterações discriminativas numa situação podem estar associadas a sensações aversivas genéricas, como a de perda de controle do próprio ambiente ou do próprio organismo. Deste modo, tanto uma intimação judicial, como a visão de um escorpião, como a notícia da própria candidatura a um elevado prêmio, ou um convite para assumir um cargo importante, podem atuar como eliciadores de reflexos anteriormente provocados por situações de perda de controle sobre o meio ou sobre as atividades do próprio organismo. Portanto, condições ambientais apresentadas como informações ou estímulos discriminativos podem atuar como eliciadores e, *ipso facto*, como alterações motivadoras. Não é essencial portanto que o estímulo eliciador tenha sido emparelhado precedentemente a uma punição específica, um choque elétrico, por exemplo. Deste modo, estímulos que sinalizam apenas a iminência de situação desconhecida podem eliciar alterações fisiológicas motivadoras. Haveria então eliciadores pré-aversivos (S-) e eliciadores associados às alterações abruptas no controle sobre o meio ou sobre a atividade orgânica. Aqueles precederiam eventos aprendidos como *aversivos* e estes sinalizariam apenas a iminência de situação desconhecida (S?). (Um problema secundário, no presente contexto, é o da possível função aversiva desses últimos, o que reduziria as chamadas ansiedades positivas ao mesmo paradigma das ditas negativas.)

2. As alterações inesperadas do estado motivacional por um dado eliciador (S- ou S?) podem gerar ansiedade ou não, na dependência do contexto de estímulos concomitantes à apresentação do eliciador: de par com este atuam numerosos estímulos discriminativos que podem indicar a carência ou inviabilidade de respostas adequadas à situação iminente, associada a S- ou a S?. O conceito que resume o efeito desses estímulos é o de percepção de "ineficácia do repertório", para nós, sinônimo de "percepção de impotência". As indicações da eficácia ou da falência do próprio repertório são, fundamentalmente, propriedades discriminativas do contexto de estímulos em que S- ou S? se apresenta.

3. Dada uma situação composta de algum eliciador e de indicações discriminativas de inviabilidade das respostas disponíveis, ocorrem ativação fisiológica (mais ou menos intensa) e a percepção de falência do próprio repertório (impotência). Quanto mais a situação incluir

ambigüidade ou inconsistência ou conflito de estímulos discriminativos, maior será a incerteza da situação e mais provável a percepção de carência de respostas adequadas (falência do repertório). O estado de ansiedade é a experiência da ativação fisiológica (mais ou menos intensa) e da falência do próprio repertório. Aqui se deve notar que a ativação como é definida nos textos de fisiologia envolve alterações, por vezes sutis, que o osciloscópio discrimina, mas que, pela pessoa que as prova, podem simplesmente ser descritas como um mal-estar, inquietude, tensão, ou com qualquer outra designação de um "estado disfórico", aversivo ou desconfortável.

4. A percepção de falência do repertório pode ser verificada, portanto, a partir da análise das propriedades discriminativas da situação estimuladora, de um lado; de outro, por comportamentos observáveis, caracterizados como busca de SDs, esquivas supersticiosas ou estendidas ou outros, que serão especificados adiante. Enquanto situação orgânica percebida, a ativação fisiológica pode intensificar a percepção de falência do repertório e esta, por seu turno, pode envolver eliciadores capazes de produzir ou intensificar a ativação autonômica.

5. O caráter aversivo do estado de ansiedade deriva da ativação fisiológica (inoportuna) e da própria percepção de falência do repertório, visto que na história comportamental de qualquer pessoa normal as situações de exercício de controle sobre a própria atividade orgânica e sobre o meio são positivamente reforçadoras, ou confortáveis. Neste sentido, a percepção de perda ou de impossibilidade de controle (falência do repertório) implica, no mínimo, a perda de reforçadores positivos. Em abono dessa idéia basta considerar que na literatura experimental sobre a ansiedade são inevitáveis as operações de coerção, frustração, conflito ou punição, todas elas implicando submissão e não exercício do controle.

6. Do estado de ansiedade, constituído por ativação fisiológica e percepção de falência do repertório, resultam atividades ou comportamentos característicos, que podem ser classificados como perturbações do desempenho normal e/ou como tentativas de recuperação da eficácia do repertório. As perturbações têm sido mencionadas em mais de uma teoria e fundamentam o aspecto antifuncional que elas atribuem à ansiedade. Supressão de respostas, inquietação, descoordenação motora ou perceptivo-motora, distorções na percepção, redução da flexibilidade do comportamento são fenômenos recorrentes na literatura dessa área. As tentativas de recuperação da eficácia do repertório (ou do controle sobre o meio) são comportamentos reforçados pela eventual redução dos respondentes da ativação e/ou pela obtenção

de clareza discriminativa, ou seja, pela apresentação de SDs (estímulos indicadores da viabilidade ou disponibilidade de respostas no repertório). Tais SDs podem propiciar respostas de fuga ou esquiva ou, apenas, alternativas para o prosseguimento do desempenho, independentemente de alteração do estado ansioso instaurado. Chamaremos tais comportamentos, genericamente, como "busca de SDs ou de informação", incluindo os de exploração de possibilidades de fuga ou esquiva.

7. As buscas de informação nova podem produzir SDs ou S$^{\Delta}$s. No primeiro caso, fica indicada a viabilidade de uma ou mais respostas: a percepção de impotência ou falência desaparece e, ainda que permaneça algum nível de ativação, já não há *ansiedade*. As esquivas supersticiosas ou estendidas podem transitoriamente ter o efeito de atenuar a impotência, dada a eficácia anterior desses comportamentos, embora aleatória ou esporádica. Entretanto, somente quando as respostas de busca de estímulos discriminativos para uma atividade funcional (antiativação e/ou antiimpotência) produzem clareza discriminativa (SDs para respostas funcionais) é que a ansiedade termina. Quando, ao invés, os estímulos obtidos são novos S$^{\Delta}$s ou quando as respostas de exploração não são reforçadas, a impotência se acentua, pois até os comportamentos de exploração se revelam ineficazes. Ora, como em tal situação o não-reforçamento (ou a punição) dos comportamentos exploratórios sinaliza, graças à experiência anterior, o prolongamento de um estado aversivo, os S$^{\Delta}$s obtidos podem atuar como eliciadores de respondentes da ativação, de modo a prolongá-la ou intensificá-la. Assim, as conseqüências dos comportamentos de busca de informação (Sn) podem atuar sobre os respondentes de ativação e sobre a percepção de falência do repertório, seja para reduzir-lhes a magnitude, seja para aumentá-la.

* * *

Expostos os aspectos principais da ansiedade, a nosso ver, mencionaremos, a seguir, os elementos que nessa conceituação constituem a situação estimuladora, os que compõem o estado resultante, bem como as alterações do desempenho, conseqüentes a uma e outro.

A situação inclui eliciadores da ativação fisiológica e estímulos discriminativos (e reforçadores secundários).

Os estímulos eliciadores são condicionados por emparelhamento anterior a condições aversivas, punitivas, designados neste caso como S-, ou por sinalizadores de situação desconhecida ou imprevista iminente (não necessariamente aversiva *per se*), simbolizados como S?. A função eliciadora desses últimos pode derivar da aversividade de situações anteriores de insucesso ou de perda de controle, às quais (eles

ou estímulos semelhantes) foram associados. Uma ameaça de tortura física seria um S- e um chamado imprevisto ao telefone internacional pode ser um S?.

De par com os eliciadores há estímulos discriminativos indicadores da oportunidade (viabilidade) ou inoportunidade (inviabilidade, ineficácia) de respostas operantes.

Alguns estímulos discriminativos nessa situação sinalizam a necessidade ou oportunidade de desempenho apto a resolver um estado motivacional. É o caso de um convite de pessoa importante para assumir um encargo, um aviso de vencimento de um débito, um ruído na fechadura da porta, a aproximação de um animal estranho. Esses estímulos podem exercer ao lado da função discriminativa uma função eliciadora do tipo S- ou S?. Para efeito de representação, essas diversas funções são apresentadas como estímulos diferentes no esquema abaixo.

Quando, além dos eliciadores e dos estímulos com dupla função, a situação inclui S$^{\Delta}$s para as respostas redutoras do estado motivacional (derivado daqueles) e/ou não apresenta SDs para respostas alternativas, ocorre o estado de ansiedade.

Uma alteração motivacional (convite, ameaça, por exemplo), concomitante à ativação fisiológica (mais ou menos intensa) e à percepção de falência do repertório, constitui o estado de ansiedade. A alteração motivacional, como sempre, pode ser verificada através da análise das operações motivadoras e das mudanças correlatas no poder reforçador de certos estímulos (Millenson, 1967); a ativação fisiológica, pelas correlações entre aquelas operações e as respostas reflexas (Martin e Sroufe, 1970). A percepção de falência pode ser avaliada pela observação de correlação entre manipulações nos aspectos discriminativos da situação e a ocorrência e freqüência de comportamentos de busca de SDs. Essa última correlação pode ainda ter como seu pólo comportamental o relato verbal da percepção de falência do repertório. O relato verbal pode também ser tomado como um indicador de ativação ou de motivação.

O desempenho característico na situação de ansiedade envolve diferentes formas de perturbação no comportamento que estava em curso ao sobrevir o estado ansioso. Essas formas podem ser: supressão de operantes incompatíveis com a ativação fisiológica, redução de outros operantes mantidos por reforçamento positivo, descoordenação motora, descoordenação perceptivomotora etc.

Alguns comportamentos típicos aparecem: exploração das possibilidades de fuga ou esquiva, busca de estímulos discriminativos, esquivas supersticiosas, esquivas "estendidas" (Ferster, 1973).

Esses comportamentos típicos produzem estímulos discriminativos (e/ou eliciadores) novos (Sn). Se o estímulo obtido for um SD, indicando viabilidade ou probabilidade de uma resposta eficaz, a impotência (percepção de falência) desaparece e a aversividade se dilui, como conseqüência. A ativação se atenua (porque a alteração motivacional é reduzida pela percepção de potência) e se dilui quando a resposta é emitida.

O que torna bastante verificável a presente formulação da ansiedade é a possibilidade de observar a ocorrência desses comportamentos típicos e sua eventual correlação com manipulações nas propriedades discriminativas (e/ou eliciadoras) da situação estimuladora.

De todo modo, a possibilidade de analisar correlações entre características discriminativas de uma situação e propriedades de diversos comportamentos característicos da ansiedade (entendida em seus significados representativos do estágio histórico-cultural contemporâneo) parece ser uma perspectiva fecunda, principalmente diante da pobreza dos paradigmas usuais na pesquisa experimental sobre a ansiedade. A "incerteza" e a "impotência" são entendidas agora como resultantes de propriedades discriminativas da situação estimuladora, e constituídas por variações observáveis no desempenho comportamental.

A representação esquemática dos elementos mencionados e das relações de determinação entre eles está no gráfico da p. 118.

Segundo este esquema, um estímulo eliciador associado a um evento aversivo (S-) ou uma situação de falência do repertório diante do imprevisto (S?) gera a ativação autonômica (A), mais ou menos intensa. Esse eliciador, ou um dado SD, ou qualquer operação motivadora geram uma privação ou estado motivacional (C) que implica execução de resposta adequada à privação e que pode ser freqüentemente de fuga ou esquiva. A presença de numerosos SΔs para essas respostas ou a carência de SDs para elas determinam a percepção de falência do próprio repertório (impotência), representada em B.

Da ativação fisiológica resultam diversas alterações não-funcionais, no desempenho comportamental (D). Dada a impotência podem ocorrer também respostas ineficazes de esquiva supersticiosa ou estendida (E) que podem reduzir a ativação (ba), ou ainda comportamentos de exploração de possibilidades de fuga ou esquiva ou de busca de SDs para essas ou outra resposta funcional (F), dependendo do tipo de motivação instaurada (C). Desses comportamentos (F) resulta algum estímulo discriminativo (Sn) que altera (Sabc) a situação de modo a intensificar ou reduzir a ativação (Sa), a impotência (Sb) ou o estado motivacional (Sc). O estímulo novo (Sn) pode ser o resultado das explorações (F) ou de qualquer condição indepen-

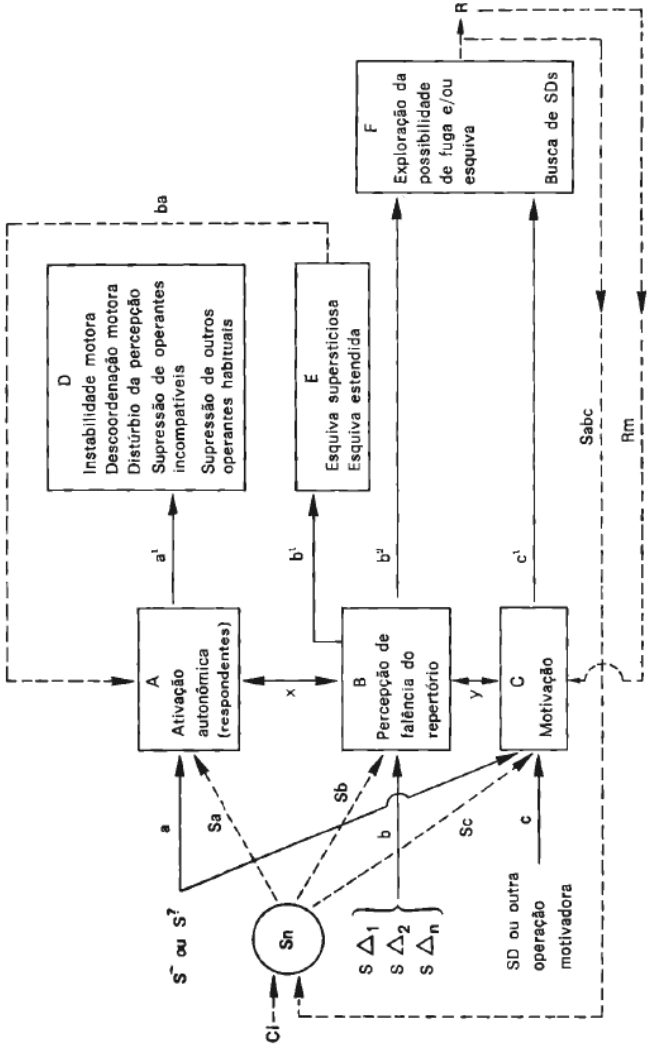


Figura 1 Representação esquemática de um modelo teórico da ansiedade. Explicações no texto.

dente (C.I.). Uma vez descoberta uma possibilidade de fuga ou esquiva ou um SD para resposta eficaz diante da motivação existente, a emissão de tal resposta (R) vai alterar diretamente (Rm) o estado motivacional (C). A seta x representa relações de interdependência entre a ativação e a percepção de falência do repertório; a seta y indica interdependência entre a motivação e a percepção de falência.

O modelo acima envolve uma multiplicidade de relações funcionais representadas pelas diversas setas. A seguir, são relacionadas as diversas variáveis dependentes representadas no modelo e as manipulações de variáveis independentes que podem determinar suas variações. As letras que designam essas relações funcionais correspondem ao esquema-gráfico proposto. As linhas pontilhadas representam eventos conseqüentes ao episódio de ansiedade.

a — *Variáveis dependentes:* propriedades dos respondentes e/ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: aversividade de S-, imprevisibilidade do evento sinalizado; freqüência de sucessos anteriores em situações imprevistas; freqüência maior ou menor de experiências de exercício de controle sobre o meio.

b — *Variáveis dependentes:* propriedades do relato verbal de percepção de falência do repertório.

Variáveis independentes: 1. preponderância maior ou menor de $S^{\Delta}s$ na situação estimuladora, apresentação de estímulos discriminativos associados previamente a condições reforçadoras e também a condições de extinção, estímulos associados previamente a condições reforçadoras e também a punição, estímulos associados previamente ao reforçamento positivo de respostas totalmente irrelevantes na situação presente, apresentação arbitrária de algum SD para resposta relevante, número de informações verbais sobre a situação iminente, tipos de informações verbais, antecipação de estímulos reforçadores secundários positivos ou negativos (incluídos no comportamento de linha de base) em contingência a uma resposta qualquer: 2. estímulos discriminativos previamente associados apenas a efeitos reforçadores positivos, estímulos associados anteriormente a possibilidades de fuga ou de esquiva, estímulos associados previamente à impossibilidade de fuga ou de esquiva, quantidade de treino anterior em respostas de esquiva (ou fuga) não-funcionais na situação presente, quantidade de treino anterior em respostas de fuga (ou esquiva) funcionais na situação presente, disponibilidade de manipulandos adicionais, não-funcionais na situação presente.

b-b2 — *Variáveis dependentes:* Freqüência e outras propriedades de comportamentos de busca de SDs ou do relato correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas do parágrafo *b*, item 1, acima.

b-b2 — *Variáveis dependentes:* Freqüência e outras propriedades de explorações de possibilidades de fuga ou esquiva; ou do relato correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas do parágrafo *b*, item 2, acima.

b-b1 — *Variáveis dependentes:* Freqüência e outras propriedades de esquivas supersticiosas ou estendidas, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas do item *b*, itens 1 e 2 e as seguintes: freqüência de reforçamentos anteriores a esquivas supersticiosas, freqüência de reforçamentos anteriores a respostas de esquiva estendida, apresentação de estímulos irrelevantes em contingência a uma resposta qualquer, apresentação não-contingente de estímulos associados previamente com esquiva eficaz, antecipação (contingente a uma resposta escolhida arbitrariamente) de reforçadores condicionados positivos e negativos, componentes da linha de base.

a-a1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos descritos em D.

Variáveis independentes: as mesmas do item *a*, acima; propriedades dos respondentes de A, produzidos independentemente das operações descritas no item *a* acima.

c-c1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos de busca de SDs, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: diferentes propriedades de operações motivadoras, tipos diversos de operações motivadoras, combinações dessas operações, emprego comparativo de operações de eliciação e de apresentação de SD para resposta precedentemente reforçada, emprego comparativo de operações de motivação apetitiva e de motivação aversiva, número de informações verbais sobre viabilidade de uma certa resposta.

c-c1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos exploratórios de possibilidades de fuga ou esquiva, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: estímulos aversivos condicionados, diferentes propriedades da aversividade condicionada, tipos de informação verbal sobre viabilidade de fuga ou esquiva, número de tais informações.

Sa — *Variáveis dependentes:* propriedades dos respondentes descritos em A, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: estímulos discriminativos (SDs) (verbais ou não) apresentados em contingência a comportamento descrito em F e relevante na situação presente, estímulos S$^{\Delta}$s (verbais ou não) apresentados do mesmo modo, estímulos neutros (verbais ou não) apresentados nessas condições, estímulos ambíguos (verbais ou não) apresentados nessas condições.

Sa — *Variáveis dependentes:* propriedades de comportamentos descritos em D, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no item Sa, acima, operações diretas sobre o estado autonômico, operações sobre o estado autonômico, combinadas com variáveis descritas acima no parágrafo anterior (Sa), ou sem tal combinação.

Sb — *Variáveis dependentes:* propriedades do relato verbal de percepção de falência do repertório.

Variáveis independentes: as mesmas descritas em Sa (penúltimo parágrafo acima), número de sucessos anteriores em situações semelhantes (e referentes à obtenção de possibilidades de fuga ou esquiva), número de sucessos anteriores em situações semelhantes (e referentes à obtenção de SDs), número de tais sucessos anteriores em situações diversas da presente.

Sb-b1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos descritos em E, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no parágrafo Sb.

Sb-b2 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos de exploração de possibilidades de fuga e esquiva, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas anteriormente, no parágrafo Sb.

Sb-b2 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos de busca de SDs ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas anteriormente, no parágrafo Sb.

Sc — *Variáveis dependentes:* variações no poder reforçador de estímulos e em outros indicadores de motivação (Millenson, 1967), ou propriedades do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no parágrafo Sa, acima.

Sc-C1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos de exploração de possibilidades de fuga ou esquiva, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no parágrafo Sa.

Sc-C1 — *Variáveis dependentes:* propriedades dos comportamentos de busca de SDs, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no parágrafo Sa.

ba — *Variáveis dependentes:* propriedades dos correspondentes de A, ou do relato verbal correspondente.

Variáveis independentes: graus de disponibilidade de operanda irrelevantes, número de sucessos anteriores em esquiva supersticiosa em situações semelhantes à presente, ou em situações diversas da mesma, número de sucessos precedentes em esquiva estendida, em situações semelhantes à presente, ou em situações diversas.

ba — *Variáveis dependentes:* freqüência e outras propriedades dos comportamentos de esquiva supersticiosa e esquiva estendida.

Variáveis independentes: as mesmas descritas no parágrafo precedente.

* * *

As relações funcionais mencionadas acima permitem verificação objetiva e experimental. Várias delas têm sido objeto de estudo, independentemente de qualquer pressuposto teórico ou a partir de concepções teóricas diversas da presente. Uma abundante literatura experimental já existente pode ser organizada segundo o modelo acima.

Na situação experimental as exigências de controle implicam quase sempre o emprego de estímulos exteroceptivos, na composição ou manipulação da situação estimuladora. Entretanto, o modelo proposto não implica necessariamente uma atitude reducionista: entendemos que os estímulos eliciadores ou discriminativos relevantes de uma dada situação de ansiedade, e mesmo as respostas que se produzem, podem localizar-se na sua totalidade, ou em parte, no interior do repertório do organismo. É o que ocorre, por exemplo, quando, no curso das reflexões noturnas sobre um dia encerrado, alguém se agita ao lembrar um compromisso decisivo esquecido, a ser cumprido na manhã seguinte e examina suas possibilidades de fuga ou esquiva e/ou suas viabilidades de fazer frente ao compromisso relembrado, podendo, então, decidir-se por um certo curso de ação e, passada a ativação fisiológica, adormecer. Nesse exemplo, estímulos e respostas ocorrem, mas não são passíveis de observação direta: apenas o relato verbal e alguns distúrbios do desempenho podem, eventualmente, prestar-se à observação. Em outras ocasiões a ansiedade pode incluir estímulos e respostas internas, apenas em parte, e, assim, algumas das

relações funcionais citadas podem verificar-se, ficando a verificação das outras na dependência do relato verbal.

Se devêssemos agora resumir este trabalho com uma definição de ansiedade, diríamos que ela é um estado caracterizado por ativação autonômica concomitante a um estado motivacional (aversivo ou não e cuja instauração pode ser independente dos estímulos eliciadores da ativação orgânica) e à percepção de ineficácia do próprio repertório para reduzir a motivação, sendo essa percepção determinada pela ausência de SDs para um desempenho resolutivo.

Desse estado resultam distúrbios no desempenho (verbal, motor ou cognitivo) do organismo e comportamentos exploratórios de possibilidades de fuga ou esquiva e de SDs para respostas ajustadoras, cujo efeito será a solução do impulso motivacional, o fim da ativação autonômica e o da percepção de ineficácia do repertório, ou impotência. O elemento essencial da ansiedade é a percepção de impotência, devido à obscuridade ou ambigüidade discriminativa da situação estimuladora.

Bibliografia

Amaral Campos, M.A. Variações na razão de supressão condicionada como efeito de um estímulo sobreposto a S^t. *Resumos da V Reunião Anual* da Sociedade de Psicologia de Ribeirão Preto, 1975.

Anger, D. The role of temporal discriminations in the reinforcement of Sidman avoidance behavior. *Journal of the experimental analysis of behavior, 6*: 477-506, 1963.

Arnim, J. Stoicorum veterum fragmenta (Leipzig, 1903-5) (Trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo*. São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Azrin, N.H. Time-out from positive reinforcement. *Science, 133*: 382-3, 1961.

Badia, P. e Culbertson, J. The relative aversiveness of signalled vs unsignalled escapable and inescapable shock. *Journal of the experimental analysis of behavior, 17*: 463-471, 1972.

Beck, A.T. Cognition, anxiety and psychophysiological disorders. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety; current trends in theory and research*. New York, Academic Press, 1972, v. II.

Bender, L. Anxiety in disturbed children. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune e Stratton, 1950.

Blackman, D.E. Conditioned suppression or facilitation as a function of the behavioral baseline. *Journal of the experimental analysis of behavior, 11*: 53-61, 1968.

Blackman, D.E. Effects of a pre-shock stimulus on temporal control of behavior. *Journal of the experimental analysis of behavior, 14*: 313-319, 1970.

Blackman, D.E. Conditioned anxiety and operant behavior. In: Gilbert, R.M. e Keehn, J.D. (eds.) *Schedule effects: drugs, drinking and aggression*. Toronto, University of Toronto Press, 1972.

Bochenski, I.M. *A filosofia contemporânea ocidental*. São Paulo, E.P.U., EDUSP, 1975.

Boren, J.J., Sidman, M. e Herrnstein, R.J. Avoidance, escape and extinction as functions of shock intensity. *Journal of comparative and physiological psychology, 52:* 420-425, 1959.

Brady, J. V. e Hunt, H.F. The effect of electro-convulsive shock on a conditioned emotional response: a control for impaired hearing. *Journal of comparative and physiological psychology, 45:* 180-2, 1952.

Brady, J.V., Kelly, D. e Plumlee, L. Autonomic and behavioral responses of the rhesus monkey to emotional conditioning. *Annals of the New York Academy of Sciences, 159:* 959-975, 1969.

Bréhier, E. *Historia de la filosofía.* B. Aires, Editorial Sudamericana, 1942.

Carvalho, J. Introdução. In B. Spinoza. *Ética,* Coimbra, Atlântida, 1950.

Cassirer, E. *An essay on man.* New Haven, Yale Univ. Press, 1944.

Descartes, R. *The passions of the soul* (trechos). In: Dennis, W. *Readings in the history of psychology.* New York, Appleton-Century-Crofts, 1948.

Dilthey, W. *Leibniz e a sua época.* São Paulo, Saraiva e Cia., 1947. Extraído do *Gesammelte Schriften.* Lipsia, Paul Ritter, 1927, v. III.

Epicteto. *Dissertationes* (trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo.* São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Epicteto, *Enchiridion* (trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo.* São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Epstein, S. The nature of anxiety with emphasis upon its relationship to expectancy. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety; current trends in theory and research.* New York, Academic Press, 1972, v. II.

Estes, W.K. e Skinner, B.F. Some quantitative properties of anxiety. *Journal of experimental psychology, 29:* 390-400, 1941.

Estes, W.K. Outline of a theory of punishment. In: Campbell, B.A. e Church, R.M. (eds.) *Punishment and aversive behavior.* New York, Appleton-Century-Crofts, 1969.

Ey, H. *et al. Tratado de psiquiatria.* Barcelona, Toray-Masson, 1965.

Fantino, E. Conditioned reinforcement, choice, and the psychological distance to reward. In: Hendry, D.P. (ed.) *Conditioned reinforcement.* Homewood, The Dorsey Press, 1969.

Ferster, C.B. A functional analysis of depression. *American psychologist,* 857-870, oct. 1973.

Francisco de Assis. *Os escritos de São Francisco de Assis* (ed. Schneider). Petrópolis, Vozes, 1935.

Freud, S. *A general introduction to psychoanalysis.* New York, Washington Square Press, 1920, 1935.

Freud, S. *Inibizione, sintomo e angoscia.* Torino, Boringhieri, 1951 (1ª publicação, 1926).

Freud, S. *New introductory lectures in psychoanalysis.* New York, Norton, 1933.

Freud, S. *The problem of Anxiety.* New York, Norton, 1936.

Freud, S. Obras completas. *Inibição, sintoma e angústia.* Ed. Delta, 1959, v. VI.

Fromm, E. *Escape from freedom.* New York, Farrar and Rinehart, 1942.

Fromm, E. *Análise do homem.* Rio de Janeiro, Zahar, 1964.

Giles, T.R. *História do existencialismo e da fenomenologia.* São Paulo, EPU, Edusp, 1975, v. I.

Gray, J.A. *Elements of a two-process theory of learning.* New York, Academic Press, 1975.

Guilhardi, H. Supressão condicionada positiva: efeitos de duração de estímulo que precede reforço não contingente e de freqüência de reforço contingente. Dissertação de Mestrado, 1975.

Hanfman, E. Psychological approaches to the study of anxiety. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety.* New York, Grune and Stratton, 1950.

Harsh, J. e Badia, P. A concurrent assessment of the positive and negative properties of a signaled shock schedule. *Animal learning and behavior, 2*(3): 168-172, 1974.

Hirschberger, J. *História da filosofia na antiguidade.* São Paulo, Herder, 1969.

Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety.* New York, Grune and Stratton, 1950.

Horney, K. *The neurotic personality of our time.* New York, Norton, 1937.

Horney, K. *Our inner conflicts.* New York, Norton, 1945.

Hunt, H.F. e Brady, J.V. Some effects of electro-convulsive shock on a conditioned emotional response ("anxiety"). *Journal of comparative and physiological psychology, 44*: 88-98, 1951.

James, W. *Principles of psychology.* New York, Henry Holt, 1890.

Kamin, L.J., Brimer, C.J. e Black, A.H. Conditioned suppression of a monitor of fear of the CS in the course of avoidance training. *Journal of comparative and physiological psychology, 56*: 497-501, 1963.

Kamin, L.J. Temporal and intensity characteristics of the conditioned stimulus. In: Prokasy, W.F. (ed.) *Classical conditioning: a symposium.* New York, Appleton-Century-Crofts, 1965.

Kierkegaard, S. *Temor e tremor.* São Paulo, Exposição do Livro, 1964.

Kierkegaard, S. *Il concetto dell'angoscia.* Firenze, Sansoni, 1965. a/c C. Fabro.

Kierkegaard, S. *La malattia mortale.* Firenze, Sansoni, 1965. a/c C. Fabro.

Kierkegaard, S. *O conceito de angústia.* Lisboa, Presença, 1972.

Klein, M. *El psicoanálysis de niños.* B. Aires, Associación Psicoanalítica Argentina, 1948.

Klein, M. *O sentimento de solidão.* Rio de Janeiro, Imago, 1975.

Kritzeck, J. Philosophers of anxiety. *Commonweal, 63:* 572-574, 1955/6. Apud Spielberger, C.D. (ed.), *Anxiety: current trends in theory and research.* New York, Academic Press, 1972, v. II.

Lazarus, R.S. *Psychological stress and the coping process.* New York, Mc Graw-Hill, 1966.

Lazarus, R.S. e Averill, J.R. Emotion and cognition: with special reference to anxiety. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety; current trends in theory and research.* New York, Academic Press, 1972, v. II.

Levy, D.M. On evaluating the "Specific Event" as a source of anxiety. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

Lidell, H.S. The role of vigilance in the development of animal neurosis. In: Hoch, P.G. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

Lyons, J. e May, B. Psicologia fenomenológica e existencial. Bibliografia escolhida. In: May, R. (ed.) *Psicologia existencial*. Porto Alegre, Globo, 1974.

Malmo, R.B. Studies of anxiety: some clinical origins of the activation concept. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety and behavior*. New York and London, Academic Press, 1966.

Mandler, G. e Watson, D.L. Anxiety and the interruption of behavior. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety and behavior*. New York, Academic Press, 1966.

Mandler, G. Helplessness: theory and research in anxiety. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety; current trends in theory and research*. New York, Academic Press, 1972, v. II.

Marco Aurélio. Reflexões (trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo*. São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Marco Aurélio. *Solilóquios* (trechos). In: Mondolfo, R. O *pensamento antigo*. São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Martin, B. e Sroufe, L.A. Anxiety. In: Costello, C.G. (ed.) *Symptoms of psychopathology*. New York, J. Wiley & Sons, 1970.

Martin, B. *Anxiety and neurotic disorders*. New York, John Wiley & Sons, 1971.

Masserman, J.H. *Behavior and neurosis*. Chicago, University of Chicago Press, 1943.

May, R. Historical roots of modern anxiety theories. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

May, R. *The meaning of anxiety*. New York, Ronald Press, 1950(a).

May, R. *O homem à procura de si mesmo*. Petrópolis, Vozes, 1973.

May, R. *Psicologia e dilema humano*. Rio de Janeiro, Zahar, 1973.

May, R. (ed.) *Psicologia existencial*. Porto Alegre, Globo, 1974.

Millenson, J.R. *Principles of behavioral analysis*. New York, Mac Millan, 1967.

Mondolfo, R. *O pensamento antigo*. São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Mowrer, O.H. Pain, punishment, guilt and anxiety. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

Mowrer, O.H. *Learning theory and behavior*. New York, John Wiley & Sons, 1960.

Mullahy, P. Discussion I (cap. 3) de: Mowrer, O.H. Pain, Punishment, guilt and anxiety. In Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

Nietzsche, F.W. *Origem da tragédia.* Lisboa, Guimarães, 1972.

Nietzsche, F.W. *Para além do bem e do mal.* Lisboa, Guimarães, 1976.

Nietzsche, F.W. *Anticristo.* Lisboa, Presença, 1975.

Nietzsche, F.W. *Considerações intempestivas.* Lisboa, Presença, 1976.

Nietzsche, F.W. *A gaia ciência.* São Paulo, Hemus, 1976.

Nietzsche, F.W. *Assim falava Zaratustra.* Lisboa, Presença, 1976.

Odier, C. *La angustia y el pensamiento mágico.* México, Fondo de Cultura Económica, 1960.

Pascal, B. *Pensées et opuscles.* Paris, Hachette (org. por Léon Brunschvicg), sem data.

Pascal, B. *Les provinciales.* Paris, Larousse, 1947.

Rado, S. Emergency behavior, with an introduction to the dynamics of conscience. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety.* New York, Grune and Stratton, 1950.

Rogers, C. Duas tendências divergentes. In: May, R. (ed.) *Psicologia existencial.* Porto Alegre, Globo, 1974.

Seligman, M.E.P. *Helplessness, on depression, development and death.* San Francisco, W.H. Freeman and Company, 1975.

Sêneca, L.E. De beneficiis (trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo.* São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Sêneca, L.E. Epístolas morais (trechos). In: Mondolfo, R. *O pensamento antigo.* São Paulo, Mestre Jou, 1964.

Schoenfeld, W.N. An experimental approach to anxiety, escape and avoidance behavior. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety.* New York, Grune and Stratton, 1950.

Sidman, M., Herrnstein, R.J. e Conrad,D.G. Maintenance of avoidance behavior by unavoidable shocks. *Journal of comparative and physiological psychology, 50*: 553-7, 1957.

Sidman, M. "Anxiety". *Proceedings of the American Philosophical Society, 108:* 478-481, 1964.

Sidman, M. e Boren, J.J. The relative aversiveness of warning signal and shock in an avoidance situation. *Journal of abnormal and social psychology, 55*: 339, 1975.

Skinner, B.F. *The behavior of organisms.* N. York, Appleton-Century-Crofts, 1938.

Skinner, B.F. Current trends in experimental psychology. In: *Current trends in psychology.* Pittsburgh, Univ. of Pittsburgh Press, 1947.

Skinner, B.F. What is the experimental analysis of behavior. *Journal of the experimental analysis of behavior, 3*: 213, 1966.

Souza, D.G. *Esquiva livre sinalizada em ratos: efeitos da intensidade de choque elétrico.* Dissertação de Mestrado, Univ. de São Paulo, 1976.

Spielberger, C.D. Theory and research on anxiety. In: Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety and behavior*. New York, Academic Press, 1966.

Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety and behavior*. New York, Academic Press, 1966.

Spielberger, C.D. (ed.) *Anxiety; current trends in theory and research*. New York and London, Academic Press, 1972, v. I-II.

Spinoza, B. *La riforma della intelligenza*. Milano, Instituto Editoriale Italiano; a/c Armando Carlini, sem data.

Spinoza, B. *Ética, demonstrada à maneira dos geômetras*. a/c Joaquim de Carvalho. Coimbra, Atlântida, 1950.

Spinoza, B. *Ética*. Torino, Boringhieri, 1959.

Sullivan, H.S. *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, Norton, 1953.

Thompson, C. *Evolução da psicanálise*. Rio de Janeiro, Zahar, 1965.

Tillich, P. Existential phylosophy. *Journal of history of ideas, 5*: 44-7, 1944.

Tillich, P. Anxiety reducing agencies in our culture. In: Hoch, P.H. e Zubin, J. (eds.) *Anxiety*. New York, Grune and Stratton, 1950.

Tillich, P. *The courage to be*. New Haven, Yale University Press, 1952.

Tillich, P. *A coragem de ser*. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1972.

Índice onomástico

Ala ibn Hazm, X
Allport, G. W. 69
Anger, D. 62
Arnin, J. 10
Averill, J. R. 106-107
Azrin, N. H. 58

Badia, P. 53
Beck, A. T. 106
Bender, L. 106
Berkeley, 21
Binswanger, 69
Black, A. H. 61
Blackman, D. E. 57-59, 90, 103, 106-107
Bochenski, I. M. 20, 21
Boren, J. J. 53
Brady, J. V. 58-59, 106
Bréhier, E. 13, 14, 17
Brimer, C. J. 61
Brunschvicg, 17-19, 99

Carvalho, J. 4, 15, 17
Cassirer, E. 12, 20
Comte 21

Darwin, 21, 22, 52
Descartes, R. 12-14, 17, 26
Dilthey, W. 12, 14, 17, 22

Epitecto 8, 9-10, 99, 100, 102
Epstein, S. 105-107
Estes, W. K. 1, 3, 4, 38, 49-54, 56-60, 63, 75, 77, 85, 88, 90, 106
Ey, H. 2, 3, 106

Fantino, E. 58
Fechner 35
Ferster, C. B. 116
Feuerbach 21
Francisco de Assis 89
Freud, S. 1, 3, 4, 18, 20, 25-26, 30, 35-47, 52, 55, 67, 73, 75-76, 78, 81, 84-85, 88, 92-93, 97-99, 101-103, 106
Fromm, E. 68-69, 106

Galileu 12, 20
Giles, T. R. 28, 31-33
Gray, J. A. 28, 31-33
Guilhardi, H. 101

Hanfman, E. 18, 106-107, 109
Harsh, J. 53
Hegel 20, 22-23
Heidegger 65
Hirschberger, J. 11, 17
Horney, K. 68, 106
Hume, D. 21
Hunt, H. F. 58

James, W. 49, 68-69
Jaspers, K. 18, 65

Kamin, L. J. 57, 61
Kant, I. 20
Keller 55
Kierkegaard, S. 1, 3, 7, 8, 11, 12, 14, 18, 19, 21-31, 35-37, 41-42, 44, 47, 65, 67-73, 76, 78, 92, 97-102
Klein, M. 106
Kritzeck, J. X

Lazarus, R. S. 2, 3, 4, 44, 76-86, 100-101, 105-107, 110
Leibniz 11, 20
Levy, D. M. 106
Lidell, H. S. 105, 107
Locke, J. 21
Lyons, J. 65

Malmo, R. B. 2, 4, 109
Mandler, G. 2, 3, 4, 76, 85-94, 100-103, 107, 111
Marco Aurélio 10-11, 99, 100
Martin, B. 3, 4, 109, 116
Masserman, J. H. 106
May, R. 1, 3, 4, 11, 12, 16-18, 23, 37, 65, 67-68, 70, 72-74, 92, 97-98, 101, 103, 105-107
Merleau-Ponty 69
Millenson, J. R. 116
Mondolfo, R. 7, 8
Mowrer, O. H. 106
Mullaby, P. 106

Niebuhr 70
Nietzsche, F. W. 19-20, 22, 25-26, 28-33, 35-37, 41-42, 44, 47, 52, 65, 69, 71-73, 75-76, 78, 85, 89, 97-99, 101-103

Pascal, B. 8, 11, 14, 17-19, 22-23, 26, 29, 36-37, 41-42, 44, 92, 97, 99, 101-102, 105
Pavlov, I. 21, 52
Peirce, C. S. 68

Rado, S. 105
Rogers, C. 69-70, 108-109

Schneider 89
Schoenfeld, W. N. 2, 4, 6, 39-40, 53-57, 59, 75-76, 81, 87, 106
Schopenhauer 22, 25
Seligman, M. E. P. 107
Sêneca, L. E. 7, 8, 10, 100
Sidman 53, 57, 60-63, 100, 103, 106-107
Skinner, B. F. 1, 3, 4, 38, 49-54, 56-60, 63, 75, 77, 85, 88, 90, 106
Spencer 21
Spielberger, C. D. 2, 3, 106-107, 109
Spinoza, B. 8, 11, 14-17, 19-20, 23-24, 26, 29, 36, 42, 44, 47, 73, 78, 97, 101-102
Sroufe, L. A. 3, 4, 109, 116
Straus 69
Sullivan 68, 106

Thompson, C. 106
Tillich, P. 7, 8, 14, 16, 18, 65, 67-68, 70, 72-74, 92, 97-98, 100, 103, 105-107

Watson, D. L. 2, 3, 4, 21, 76, 85-94, 100-103, 107, 111

Índice analítico

Abstração, falseada 23
— "nível de" 4
análise experimental do comportamento 49-64
ansiedade 19, 24, 35
— características, segundo Estes e Skinner 50
— como condição de libertação 24
— comportamentos típicos 116
— definição de 5
— — distorções da 6
— desenvolvimento da 39
— difusa ou *free-floating* 41
— diversidade entre definições de 1-6
— efeitos comportamentais da 39
— elemento essencial da 123
— como estado 86, 116
— forma básica da 70
— função biológica da 46
— gênese da 3, 46
— como incerteza do conhecimento 102
— inconsistência entre conceituações de 4
— maior representatividade da teoria freudiana em relação à comportamentista 108
— marca antifuncional 106
— modelo teórico da 97-124; *ver* modelo teórico da ansiedade
— neurótica 25, 47
— — como reação à impotência 47
— objetiva como preparação ao perigo 38
— patológica 25, 37
— percepção de impotência 74
— primeiro tratado sistemático da 12
— problema da definição da 1-6
— processos cognitivos na 75-97
— — interpretação do estímulo 77
— relações funcionais da 4
— remédio contra a 26
— resposta ou condição estimuladora 76
— segundo comportamento operante 49
— significado ampliado no século XX 105
— significados específicos das teorias contemporâneas 105
— como sinal, como perigo 45
— tipos de 73
— na tradição filosófica 7-34
— — história das idéias na 7
— — no pensamento estoicista 7
— três origens da 69
antiansiedade, efeitos 14
— ética de Spinoza 14
— teoria clínica da 31
arrependimento 10
"ataque de ansiedade" 44
"aumento de necessidade" dos perigos 47
avaliação 79
— mais como constructo que como variável *per se* 80
aversividade 88
— significado de 100
awareness, níveis e tipos de, como propriedade estimuladora global 83

Blackman, hipóteses de 57

"Ciências autônomas" 20
códigos morais, crítica aos 29

comportamento, interrupção de 85, 86
Comte, positivismo de 21
condição aversiva 98
confiança, crise de 20
confissão e punição 92
conflito razão-emoção 17
conhecimento racional, negação da validade do 66
"conotação valorativa" 4
constância homeostática 37
contingências discriminativas, importância das 62
controle, conceito de 89
— discriminativo, ruptura do 58
coragem, apelo à 29
culpa 10

Definição, condições replicáveis empregadas pela 6
— relevância histórico-cultural da 6
dicotomia 9
"dimensão temporal" 3
doutrinas morais canônicas 30

Emoção 9, 13
— submetida à vontade 13
emoções, teoria das 15
"encontro" 66
ênfase subjetivista 68
esperança 17
esquiva, livre 61
— sinalizada 60
Estes e Skinner, características da ansiedade segundo 50
— procedimento experimental de 51
estímulos, arranjo de, determina importância e incerteza 111
estoicismo, conceito de "razão" no 8
— coragem no 80
— ética no 10
— pensamento do 7
— serenidade no 10
— síntese entre razão e natureza 12
— teoria da vontade 12
Eu 25
— conceito do 67
— não há existência sem risco 25
— existência, como aventura 27

Felicidade 31
Feuerbach, determinismo radical de 21
filosofia, de Descartes 12
— tendência romântica da 20
finitude, resignação à 9
fobia, tipos de 42-44
Freud, abordagem sobre ansiedade 35
— — como resposta somática 35
— — como sinal de perigo 36
— característica irracionalista do pensamento de 36
— elemento desencadeador da 41
— formulação provisória do conceito de 40
— — relação causal do processo afetivo e sentimento de poder 40
— significado de desenvolvimento na obra de 40
— teoria do mecanismo das relações instinto-razão de 37

Gênese 3
gênio ético 27

Hegel, racionalismo radical de 21, 23
— sistema de 21
higiene mental 16
história das idéias sobre ansiedade humana 7
— condições irracionais 7
— contradições entre o conhecimento 7
homem, conceito de 20
— dividido 18

Impasse 110
impotência 110, 117
— como condição de ansiedade 52, 98
— como impossibilidade de direção do comportamento 99
— para Mandler e Watson 88
— percepção da, como estímulo aversivo 63
— como percepção da ausência de atividades alternativas 87

— sentimento de 38, 48
impulsos irracionais, realização dos 30
incerteza 98, 110, 117
inclusividade, gama de 3
— limites de 5
— — arbitrários 5
indivíduo, verdade do 23, 24
Inibição, sintoma e angústia (Freud) 45
inquietude 19
instinto, como impotência 34
— repressão do 36
irracionalismo 22

Kierkegaard, a coragem na filosofia de 26
— individuação de 28
— reunificando a natureza humana 25
— um dos maiores psicólogos 23

Lazarus, e o conceito de ameaça 80
— contribuição cognitivista de 79
— crítica sobre concepções de ansiedade 76
— desenvolvimento global da ansiedade por 84
— diferença entre abordagem cognitivista e comportamentista 78
— idéias mestras 78
— importância de 83
— mecanismo interveniente de 84
— resposta afetiva 77
libido moriendi 7
logos 8

Mandler e Watson, características da teoria de 85
— dificuldades teóricas 93
— elementos da teoria de 87
— natureza da condição não dá o poder de ansiedade 91
— simplicidade da teoria de 86
— teoria semelhante à de Freud 92
materialismo 21
May, doutrina do Eu de, 70
mecanismo das relações instinto-razão, teoria do 37
medo 17, 37
— e ansiedade 45
método 32, 33
— ético de Spinoza 17
modelo teórico da ansiedade 97-124
— características básicas do 97
— concepção teórica da ansiedade 112
— — buscas de informação nova 115
— — caráter aversivo do estado de ansiedade 114
— — estado de ansiedade 114
— — estímulos podem eliciar alterações fisiológicas motivadoras 113
— — "percepção de impotência" 113
— — perturbações do desempenho 114
— deficiências quanto à verificabilidade 109
— insistência nos antecedentes cognitivos e perceptuais 106
— eliciadores de ativação fisiológica e estímulos discriminativos 115
— teoria atual 107
— variáveis dependentes e independentes no 119
"moral provisória" 13
morte 92
motivação inconsciente, como fonte de incerteza 30
— teoria da 37

Neurose de Angústia (Freud) 36
Nietzsche, direção no comportamento 28
— elementos comuns entre Freud e 35
— "métodos" de superação de impulsos 32
— moral normativa condenada por 28
— o patológico e o imoral se identificam 31
— prazer para 32

Paixões 13
palavras que designam efeitos comportamentais 111
paradigma S^1-S^2 51, 53-54
— dúvidas relativas ao 55

— efeito supressor do 54
— função depressiva 55
parentesco, do neoplatonismo 14
— de Spinoza 14
Pascal, pensamento sobre a ansiedade de 17
pensamento histórico-culturalista 67
"perigo interno" 44
poder, sentimento de 38
positivismo, Comte 21
potência, afirmação da 29
— forma primária de obter 30
— vontade de 29
prazer 32
pressões sócio-culturais 71
processos cognitivos da ansiedade 75-97
— interpretação do estímulo 77
processos cognitivo-perceptivos 110
psicanálise pós-freudiana 69
psicologia, definições como abstrações na 65
psicologia existencial 65-74
— como atitude 65
— contribuição da 73
— estado de ansiedade e 72
— influência da filosofia existencialista na 65
— mérito da 69
psicoterapia 16

Quadro cultural do século XIX 21
questão restante 104

Razão, "autônoma" 12
— conceito estoicista de 8
— emoção e 9
— fé na 19
— hegemonia da 13
— mecanismo e confiança na 14
— significado da 8
— treino da 25
reação ansiosa 37
referencial externo 98
— unívoco 5
representatividade 97, 98
"resposta emocional condicionada" 58
resumo do trabalho 123
rigidez como negação da própria existência 67
risco, aceitação do 27

Sabedoria, resignação como 9
Schoenfeld, trabalho de 56
SDs, hipótese da extinção dos 56
ser, coragem de 71
Sidman, ansiedade definida por 60
— arranjos que tipificam a ansiedade 60
significados constantes 98
sistemas sociais e políticos 71
Skinner, abordagem de, semelhante a Freud 52
Spencer, evolucionismo de 21
sublimação 30
— conceito nietzschiano de 33
sumário 100
supressão, independência entre ansiedade e 59

Técnicas experimentais, "coercitivas", 64
teorias não-conciliáveis 98
trauma, primitivo 41
— como vivência da impotência 47

Verdade, do indivíduo 23, 24
verificabilidade 97, 104
verificação de significados, dificuldades de 111
visão individualista 20
vontade, razão requer 16

impresso na
planimpress gráfica e editora
rua anhaia, 247 - s.p.